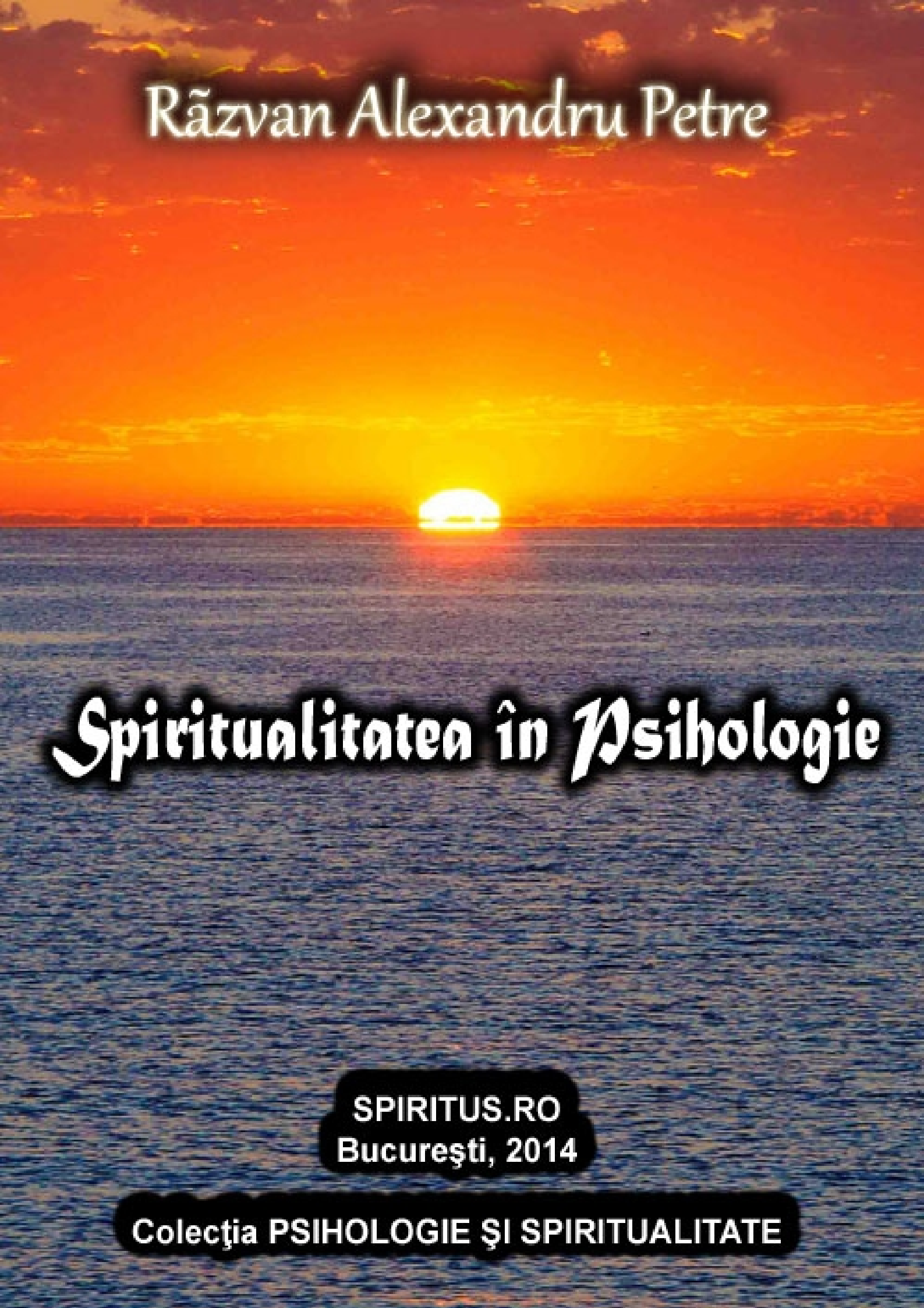




Răzvan Alexandru Petre

Spiritualitatea în Psihologie

SPIRITUS.RO
București, 2014

Colecția PSIHLOGIE ȘI SPIRITUALITATE

Răzvan Alexandru Petre

SPIRITUALITATEA ÎN PSIHOLOGIE

Culegere de texte publicate de autor
în website-ul *www.spiritus.ro*,
cu următoarele subiecte de interes:
psihic, suflet, spirit, minte, conștiință,
ego, personalitate, iluminare, eliberare,
fericire, transă, halucinații, autosugestie,
credință, psihologie integrală și
transpersonală



SPIRITUS.RO

București, 2014

Colecția PSIHOLOGIE ȘI SPIRITUALITATE

SUMAR

1. CONCEPȚII ȘI METODE PSIHO-SPIRITUALE

Pe muchia „Gândirii pozitive” (2003).....	3
Credința nu este autosugestie.....	5
Mintea este mai mult decât creierul (2009).....	7
Creier vesel, creier trist	11
Rolul important al Spiritului	13
Spiritualitatea în 5 ilustrații (2010)	15
Lecția 1: Omul și Universul.....	17
Lecția 2: Crearea omului.....	19
Lecția 3: Somnul.....	21
Lecția 4: Stări ale conștiinței	22
Lecția 5: Moartea	25
Sufletul și Sinele - cea mai frumoasă poveste de iubire (2010)	27
Considerații teoretice despre suflet și spirit	27
Practica devoțiunii față de Sine	30
Pentru sceptici	33
Pentru cătătorii spirituali mai avansați	34
Noțiuni despre iluminarea spirituală.....	35
Contraindicații. Încheiere	37
Larvele și fantezmele (fișă de lectură) (2011).....	38
Conștiința Transpersonală (2012).....	42
Spectrul conștiinței.....	42
Suprapuneri între spiritualitate și psihologie	45
Momentul prezent	46
Realitatea non-duală, fără limite.....	48
Avertizare: spiritualitatea de clan!	52

2. EGO ȘI SINE

Identitatea de sine – nucleu al personalității (2008).....	54
Cine sunt eu?.....	54
Sinele și conștiința.....	56
Tulburarea disociativă de identitate	57
Studii de caz despre personalitatea multiplă	62
Modelul trinitar al psihicului: minte-conștiință-spirit (2009)	68
Despre ego-ul uman (2009).....	76
Modelul trinitar și locul ego-ului.....	77
Tehnica psihologică „Fără eu!”	80

3. TRANSĂ ȘI ILUMINARE

Mistică sau halucinații? (2011)	85
Stările modificate de conștiință nu sunt patologice.....	86
Diagnostic și tratament.....	88
Psihopatologie și parapsihologie.....	90
Mai multe conștiințe (2012)	96
Iluminarea spirituală descrisă printr-un model material	98
Iluminarea este o inundare cu particule spirituale.....	99
Iluminarea spirituală, declanșarea unei noi funcții psihice (2012).....	104
Eugenia prin iluminare	104
Iluminarea trebuie pregătită.....	105

Ego-ul, îmblânzit, nu anihilat.....	105
Trezirea semănă cu spiritul.....	106
Caracteristicile conștiinței spirituale	106
Cale spre iluminare.....	107
Iluminare și magie.....	108
Plata pentru iluminare	109
Critica obscurantistă a căilor orientale	111
Argumente anti-misticism oriental comentate	112
Yoga tradițională, un sistem profund spiritual	116
Hipnoza și iluminare conștiinței	117
Unde e fericirea? (2012).....	121
4. PSIHOLOGIE SOCIALĂ	
Formalizarea disonanței cognitive (2009)	124
Cele 4 moduri de reducere a disonanței cognitiv-afective	125
Exemple de aplicare a celor 4 moduri de reacție la disonanță.....	127
5. DIALOGURI	
<i>Forum de psihologie transpersonală (2005-2006)</i>	
Sectele și psihologia transpersonală	130
Dizolvarea ego-ului.....	133
După ce o să vă fie dor când o să muriți?.....	136
<i>Răspunsuri acordate cititorilor</i>	
Nu citești poezie privind la știri (2007)	137
Gânduri de sinucidere (2006)	139
Iubirea (?) pe internet (2006)	140
Copil somnambul (2009).....	142
Umilire și naivitate (2011).....	143
6. PANSEURI ȘI AFORISME (2008-2014).....	147

PE MUCHIA „GÂNDIRII POZITIVE”

Articolul de mai jos nu este un studiu erudit de psihologie, ci un semnal de alarmă, adresat acelor care utilizează defectuos metoda psihologică a „gândirii pozitive”. Fie că s-a înțeles greșit, fie că s-a răspândit sub o formă vulgară, fie că intenționat este folosită deformat de către unele persoane, ea poate avea și efecte periculoase asupra celor care o aplică exagerat.

Principiul pe care se bazează gândirea pozitivă afirmă că „subconștientul omului este un fel de computer care operează cu programele mentale pe care i le inoculăm chiar noi, mai mult sau mai puțin conștient; dacă schimbăm lucid programul, toată susținerea psihică se modifică în sensul dorit”. Este și nu este așa. Subconștientul nu este un robot cu o minte infantilă. Este la fel de inteligent ca mintea conștientă, dacă nu chiar mai deștept și mai bine informat. În loc să îl credem un sclav al intențiilor noastre, mai bine să ni-l apropiem ca pe un prieten apropiat, egal și bine intenționat în a ne ajuta.

Pe principiul, pe jumătate corect, menționat mai sus se bazează și unul din procedeele gândirii pozitive, pe care îl vom analiza în continuare. Atunci când starea psihică este deplorabilă, suntem învățați să mentalizăm puternic ideea „sunt bine, sunt bine!”. Nu negăm că, în situații de urgență, o asemenea încurajare ne poate ajuta să depășim un moment greu. Sau că, prin autosugestie, ne putem construi temporar o anumită stare psihică, preferabil minunată. Noi însă criticăm aici autosugestia de drum lung, care spune mereu „sunt”, în loc de mult mai adecvatul „vreau să fiu”. Obişnuința de a-și impune o simțire neconformă cu starea de fapt va duce persoanele labile psihic să se mintă în permanență. Vor începe să confunde realitatea cu propriile păreri și își vor atrofia treptat discernământul. Lumea exterioară va înceta să le mai trezească interesul și își vor crea singure un joc iluzoriu al pseudo-percepțiilor. Această izolare față de mediu, într-o singurătate fabulatorie, este preludiul și chiar finalul bolilor psihice.

Trebuie să recunoaștem totuși motivația științifică a acestui procedeu, și anume trimiterea unui mesaj clar către subconștient, mai ales prin imagini. Dar, reprezentarea mentală conform dorinței noastre este o simplă metodă de comunicare cu el. Important este să nu confundăm lucrurile. Odată mesajul trimis, să nu mai insistăm în producerea imaginilor mentale, care ar putea deveni o obsesie, ci să ne continuăm treburile obișnuite!

Există o altă cale, mult mai rațională, de a ne ajuta optimismul și a ne mobiliza energiile lăuntrice în situațiile critice. Să folosim fraze de încurajare și de transformare interioară, dar formulându-le conform cu

realitatea prezentă. Acceptăm că acum este mai rău, dar ne impunem și suntem convinși că o să fie mai bine în curând. Acel „vreau să” dă comanda hotărâtă ca ceva să se schimbe, iar subconștientul va căuta prin metodele sale rafinate și inteligente să ne îndrume, pe nevăgiate de seamă, către situații favorabile.

Desigur, se poate întâmpla ca voința noastră să nu fie destul de puternică, sau să fim perturbați (de programe mentale negative induse asupra noastră prin farmece, blesteme, pedepse de destin, entități malefice, legături telepatice cu persoane dușmănoase etc.). În această situație, voința se poate întări și prin reprezentarea mentală a unui scenariu favorabil. Dar aceasta nu înseamnă să ne lăsăm înrobiți de o imaginație fără discernământ. Voința trebuie întărită, nicidecum ocolită.

MUNTE, MUTĂ-TE!

Vom deschide aici o acoladă despre mult-citata afirmație cristică „*Dacă ați avea credință cât un grăunte de muștar și i-ați zice muntelui acesta «Mută-te de aici, acolo», s-ar muta; nimic nu v-ar fi cu neputință.*” (Matei 17.20). Mulți invocă această afirmație celebră, mai ales când vor să-i pună pe alții în inferioritate. De aceea, poate că este cazul să o disecăm puțin, cu textul Scripturii în față. Iată care au fost împrejurările. „*Un tată necăjit a căzut în genunchi înaintea lui Isus, spunându-I: «Doamne, ai milă de fiul meu, căci este lunatic și pătimește rău... l-am adus la ucenicii Tăi și n-au putut să-l vindece». Isus a certat dracul, care a ieșit afară din el. Și băiatul s-a tămăduit chiar în ceasul acela.*” (Matei 17.14,15,16,18) „*Atunci ucenicii au venit la Isus și I-au zis de-o parte: «Noi de ce n-am putut să-l scoatem?»* (Matei 17.19) «*O, neam necredincios și pornit la rău!*» (Matei 17.17) «*Din pricina puținii voastre credințe.*» (Matei 17.20)

În acel context Învățătorul și-a permis un strigăt de disperare în fața neputinței oamenilor de a-L înțelege. Nici măcar ucenicii Săi nu se puteau deschide către Iubirea și Puterea ce țâșnea din trupul Divinului Isus. De mult adunase El în suflet atâta nemulțumire încât să-i certe așa: «*Până când voi fi cu voi? Până când vă voi suferi?*» (Matei 17.17). Reproșul Său era generalizat, pentru că gloata celor care-L urmau nu se prea ridica la nivelul de înțelegere spirituală și puritate cerut de Prezența Divină a lui Isus.

„*Puțina lor credință*” nu se referea la puterea lor mentală de a-și imagina alungarea bolii sau la gândirea insuficient de „pozitivă”. Probabil că ei gândeau destul de pozitiv, ca apropiați ai Marelui Maestru, făptuitorul atâtor minuni. Deci nu atât neîncrederea în sine era invocată, ci cea în puterea pe care o transfera Isus, purtătorul harului spiritual. Mântuitorul și-a completat imediat explicația mustrătoare, lămurind cauza profundă a neputinței lor, și anume, lipsa comunicării directe cu Dumnezeu: «*Acest soi de draci nu iese afară decât cu rugăciune și cu post.*» (Matei 17.21)

Credința nu este autosugestie

Concluzia acestei acolade este că credința diferă de autosugestie. Credința vine din inima spirituală, având supravegherea rațiunii și se adresează deținătorilor Puterii – fie Dumnezeu, fie Fiul Său. Prin urmare, să lăsăm Persoanele Divine să decidă dacă merităm sau este potrivit să primim ceea ce cerem.

Este, desigur, posibil ca o mare putere să fie declanșată din subconștientul personal, fără nici o conotație religioasă. Atunci, da, se poate vorbi de căi (inclusiv gândirea pozitivă) prin care să exploatăm posibilitățile umane la maximum. Să ne amintim de puterea blestemului pe care Isus din Nazaret l-a proferat asupra smochinului neroditor. Ce putere mentală colosală avea acest om! Totuși, Isus, iscodit fiind de apostoli, nu le-a vorbit despre ea, ci a insistat pe ceea ce le era mai de folos: pe imensa forță a credinței și rugăciunii către Prea-înalt și pe condiția ca ruga să le fie ascultată – compasiunea către semenii și puritatea sufletească.

Iar printr-un asemenea gest teribil (ca și alungarea negustorilor din Templu) ne-a lăsat să înțelegem, în plus, că Dumnezeu nu este dispus să rabde la nesfârșit nici nesimțirea, nici lenea, nici egoismul, nici răutatea și nici alte defecte în care ne complăcem. Și poate că ar fi bine să fim informați că nu întotdeauna deținerea unei mari puteri ne este de folos spiritual. Apar atâtea tentații care ne pot pierde...

Modernii tehnicii de autosugestie s-au mai inspirat dintr-o altă spusă a Mântuitorului: „*Orice lucru veți cere când vă rugați, să credeți că l-ați și primit și-l veți avea*”. Aceasta poate fi una dintre cheile succesului, dar și o manifestare paranoică. Se știe că nebunii au o mare putere de convingere, rămânând totuși inadaptați realului. S-ar putea spune că între gândirea corectă și forța voinței este întinsă o coardă, pe care omul sănătos trebuie să stea în echilibru acrobatic.

Din punct de vedere energetic, forța voinței constă în expansiunea unui câmp mental care îi domină pe cei din jur și ne stimulează permanent propriile gânduri (devenite total optimiste și creative înspre succes). Îndemnul lui Isus ne alungă îndoiala că ruga noastră a ajuns în Infinit și că va fi împlinită de Atotputernicul, într-o formă sau alta. Este mai degrabă un sentiment, o intuiție, un răspuns instantaneu din partea spiritului cu o conștiință curată, și nu atât o gândire elaborată.

Oamenii diferă prin cuantumul de optimism pe care îl au, dar nimeni n-ar trebui să-și piardă vreodată speranța de mai bine. Pe acest sentiment de speranță se bazează și gândirea pozitivă (sau „programarea pozitivă a minții”), care direcționează energiile individului către țeluri precise, dezirabile și realizabile. Nimic rău în aceasta, ba dimpotrivă.

Cu totul diferită este însă „TRANSFIGURAREA REALITĂȚII”, adică auto-halucinarea. Ea trebuie descurajată de către păzitorii sănătății psihice, fiind acceptabilă doar ca o modalitate de creație artistică sau științifică, sau în circumstanțe extrem de critice relativ la integritatea

fizică sau psihică. Transfigurarea realității, ca mod de viață, este un procedeu complet laș. Din punct de vedere spiritual, suferința ne este dată ca să învățăm ceva din ea. Omul trebuie să fie lucid, cu percepțiile treze și să nu se păcălească singur prin alcool, droguri, medicamente psihice sau respingerea adevărului. Transfigurând, omul își adoarme vigilența, trăind în iluzie, ca un drogat.

Speranța se referă întotdeauna la viitor, pe când transfigurarea este o răstălmăcire a prezentului, adică o mistificare, un fals. Fără nădejde, omul rămâne o ruină, pierzându-și entuziasmul. Speranța este nu numai necesară, ci chiar obligatorie. Ea ne ține în viață. În schimb, transfigurarea ne pervertește mintea, care își va crea o lume paralelă. Suferința trebuie simțită așa cum ne-o dă viața (desigur, fără exagerări masochiste). Însă, a gândi că „e bine” când, de fapt, „e rău” nu este doar o inversiune, ci chiar o perversiune mentală. Și, pentru că suferința dată de soartă devine sterilă, ea se va repeta, ca să-și atingă scopul educativ – conștientizarea propriilor greșeli și îndreptarea lor. Omul nu rămâne cu mare lucru dacă ocolește lecțiile grele. De aceea, va îndura și cu altă ocazie dificultățile pe care le-a „fentat”. Nu putem atinge Perfecțiunea cu șmecherii și minciuni.

Ca să întărim aceste afirmații, poate greu de acceptat, să ne amintim o pildă bine-cunoscută: cumplitele suferințe ale Mântuitorului Isus în ziua uciderii Sale. Cea mai de neînțeles și revoltătoare este agonia sa pe cruce. Așa cum unii iudei întrebau atunci, repetăm și noi sfioși: de ce Dumnezeu Tatăl L-a părăsit în imensele Sale dureri? Se poate răspunde în mai multe feluri, dar este, în mod cert, o pildă scrisă cu sânge, ca să n-o uităm vreodată. Ea ne lămurește că suferința este omniprezentă pe Pământ și că omul nu o poate evita. Fiecare dintre noi trebuie „să-și poarte crucea”. Însuși Fiul lui Dumnezeu a trebuit să suporte răstignirea, ca oricare om, ne-evadând din realitate prin nici un procedeu suprafizic, yoghin sau mistic. Așa cum făcuse nenumărate miracole, ar fi putut face și în această împrejurare nefastă. Dar n-a făcut...

Prin urmare, acesta e modul în care ar trebui să întâmpinăm și noi greutățile vieții – cu luciditate și curaj.

2003

MINTEA ESTE MAI MULT DECÂT CREIERUL

„*Mintea e creierul, creierul e mintea*”. Acest slogan propagandistic este emis de către unii cercetători în neuroștiințe. Dar convingerea lor personală nu poate ține loc de concluzie filosofică, din considerentele ce urmează mai jos.

Există cel puțin două argumente principale care contrazic acest slogan. Unul ține de inconsistența internă a raționamentului filosofic care stă la baza afirmației amintite. În al doilea rând, există fenomene obiective care îl infirmă de-a dreptul. Să le detaliem.

Cercetările în orice domeniu științific se bazează pe o anumită paradigmă (set de teorii acceptate, mod dominant de gândire). Pentru familiaritate, în cele ce urmează vom redenumi paradigma științifică prin cuvântul „doctrină științifică”. Neuroștiințele au ca obiect de studiu programatic CREIERUL. În doctrina lor, se postulează că activitatea creierului generează mintea. Dar aceasta este doar o ipoteză de lucru, considerată validă până la proba contrară. Savanții recunosc sincer că studiile de până acum sunt departe de a ne descifra complet funcționarea creierului și, cu atât mai puțin, alte fenomene așa-zis „parapsihologice”. Totuși, ei speră optimiști că, într-un viitor nespecificat, creierul va fi deslușit total și se va demonstra că activitatea mentală nu este decât „o *secreție a neuronilor*”.

Acest raționament se fondează, prin urmare, pe SPERANȚE și CONVINGERI personale, izvorâte din ipoteza de lucru, nicidecum pe o demonstrație științifică și filosofică riguroasă. Faptul că există observații și experimente care contrazic flagrant ipoteza de lucru a neuroștiințelor este ignorat. Ei preferă „ascunderea gunoiului sub preș” (ignorarea contra-argumentelor, într-un mod total neștiințific) sau chiar înaintarea unor pseudo-explicații slabe, din frica de a renunța la vechiul mod de gândire al secolului XX. De fapt, ar însemna să renunțe la speranța lor nedisimulată că, studiind creierul, vor înțelege mintea. Or, se știe că „speranța moare ultima”... „*Cum oare să studiezi mintea în afara creierului???*”, ar putea întreba retoric aceștia.

Un geniu dintr-un domeniu limitat al științei, să spunem un savant care studiază creierul, se poate face de râs în public cu aserțiuni nefondate. Trebuie să diferențiem clar între calitatea sa indiscutabilă de savant și cea de filosof amator. Ipotezele de lucru folosite în doctrina științifică adoptată de el nu pot fi declarate adevăruri ultime, pentru că lipsește demersul ideatic specific rigorii filosofice, care cere stăpânirea unui volum cât mai vast de cunoștințe din toate domeniile (pentru a evita o viziune unilaterală, trunchiată).

Pentru a înțelege mai bine acest lucru, vom face o paralelă cu activitatea unui polițist. Poate că nu există altă categorie profesională care să cunoască mai bine lumea infractorilor decât cea a oamenilor legii și ordinii. În activitatea sa, polițistul s-a convins că infractorii pot proveni din toate categoriile sociale, iar unii pot chiar să disimuleze atât de bine faptele, încât cineva neexperimentat i-ar absolvi imediat de orice bănuială. De aceea, polițistul poate nutri convingerea personală, întărită de atitudinea profesională, că oricare dintre cetățeni este un posibil infractor. Totuși, nici un polițist nu declară public faptul că „*toți oamenii sunt niște infractori potențiali*”, ca fiind crezul său filosofic. Este o chestiune de bun-simț. Deci, cât de calificat este un neurolog să își dea cu părerea în chestiuni filosofice? Ar putea fi îndreptățit să filosofeze public numai dacă ar avea și rigoarea necesară...

Unii cercetători din neuroștiințe se bazează însă pe autoritatea câștigată în domeniul lor profesional ca să lanseze pseudo-adevăruri filosofice, precum cel că „*mintea este creierul*”...

Până la un punct, putem tolera și înțelege acest exces de zel în a împărtăși omenirii credința lor personală. Astfel:

1. Din punct de vedere științific, ei nu au instrumente pentru a explora fenomenele care ies din doctrina neuroștiințelor. Pentru ei, invizibilul nu există, din cauză că nu poate fi studiat cu instrumentele existente. Pe de altă parte, pentru inventarea altor tipuri de instrumente adecvate noii realități, ar fi nevoie de schimbarea teoriei însăși. Prin urmare, prioritară este schimbarea doctrinei, atitudinii științifice, care va atrage chiar o metodologie și concluzii absolut noi.

2. Din punct de vedere psihologic, poate că savanții si-ar pierde entuziasmul pentru studierea creierului (necesară și ea!) dacă ar fi convinși că sediul minții este invizibil, aflându-se în altă parte decât creierul însuși. De asemenea, este știut că orice om are tendința de a generaliza cunoștințele limitate pe care le are, construindu-și pe baza lor o „filosofie de viață” proprie. Totuși, să nu confundăm „filosofia de viață” cu adevărata filosofie!

Aceste opinii pot fi înțelese, dar în același timp combătute, pe cale pașnică, cu argumente raționale, dacă ele dăunează mentalității colective. De aceea am și numit afirmația de la începutul articolului ca fiind un „slogan propagandistic” al ideologiei materialiste. Dincolo de naivitate sau de educația primită, se poate întrevădea la unii o dorință de persuasiune inexplicabilă asupra cititorilor de știință popularizată. Ei chiar ne forțează să-i credem că știința va demonstra cândva că „mintea este creierul”... dar nu ni se oferă și garanții în acest sens. Asta e ideologie, nu știință!

În realitate, mintea nu este doar creierul, dovadă stau mărturiile celor întorși din moarte clinică (NDE – experiențele din preajma morții), ca și experiențele paranormale (telepatie, proiecție astrală, psihokinezie etc.) omniprezente în istorie și pretutindeni în lume, astăzi mai mult ca

oricând. Ieșind cu totul din doctrina neuroștiințelor, ele provoacă o mare nemulțumire savanților de stil vechi, pentru că le solicită o reevaluare a fundamentelor științifice cu care au fost educați (îndoctrinați) în școală.

Aceste fenomene stranii sugerează inconsistența modelului explicativ neurologic. El este valabil în medicina creierului, în aplicații practice plecând de la creier sau avându-l ca scop final, dar nu poate fi generalizat filosofic. Este important să reținem valoarea practică limitată a unei doctrine științifice, dar să nu o confundăm cu valoarea sa teoretică generală. De exemplu, unui om cu preocupări lumești i-ar fi de ajuns să știe că Soarele se învâрте cu regularitate de ceasornic în jurul Pământului, fiindcă mecanica cerească nu joacă nici un rol în viața lui cotidiană. De altfel, omenirea a trăit mii de ani cu această convingere, care s-a dovedit suficientă la vremea respectivă...

Asimilarea unei noi doctrine științifice nu înseamnă renunțarea completă și dintr-o dată la cea anterioară, căci cunoașterea umană necesită continuitate și acumulări cantitative. Este un salt calitativ, prin care noul înglobează vechiul. Ar fi greșit să absolutizăm o cale sau alta. În fond, cunoașterea nu are sfârșit, iar singurul păcat este stagnarea. Nu mai este cale de întors la vechea gândire materialistă...

Până aici, am argumentat inconsistența vechii doctrine „neuroștiințifice” și cât de păgubos, în termenii cunoașterii, este fixarea mentală în scheme depășite de vremuri. În continuare, vom arăta cum aceleași fapte experimentale din neuroștiințe pot fi lămurite în alt mod de către noua paradigmă. Este vorba de „doctrina info-energiei”. Avantajul său este că are explicații elegante și consistente pentru fenomenele considerate „paranormale” (inexplicabile) de către vechea gândire științifică.

Raționamentul de bază de la care pleacă vechea doctrină este că modificându-se funcționarea creierului (chimic, mecanic, fizic) sau structura sa (chirurgical, accidental) se constată modificări în funcționarea minții (prin teste psihologice, observații, experimente etc.). Concluzia găsită de savanți, cea mai directă și mai comodă, a fost că „*mintea se identifică cu creierul*”. Noua explicație este mai cuprinzătoare și, desigur, mult mai rafinată.

Mintea este o structură energetică și informațională separată de structura fizică a creierului. Am putea înțelege această structură ca fiind o „materie” invizibilă, subtilă, extrem de fină, nedetectată de aparatele de măsură fizice, grosiere. Deci mintea ar fi o materie mai fină decât cea a creierului, în mod analogic cu starea de vapori a apei lichide (este aceeași substanță, dar de o altă densitate). Mintea se folosește de creier pentru a se exprima în planul fizic. Oamenii s-au obișnuit să observe funcționarea minții doar prin intermediul activității creierului. Totuși, în fenomenele paranormale, mintea se poate manifesta independent de creier, acționând direct în planul invizibil, subtil, propriu minții însăși.

Rolul creierului este, printre altele, de a concretiza în planul fizic activitatea info-energetică a minții subtile. Creierul reproduce parțial structura minții, construind o replică fizică a unui mecanism subtil foarte complex. Conform acestui model, mintea determină creierul. Există însă numeroase observații - pe care se bazează vechea doctrină - conform cărora creierul influențează mintea. Cum să explicăm atunci faptul că și creierul acționează asupra minții?

Calitatea activității psihice (afecte, gânduri) depinde și de creier, dar nu el este sursa acesteia. Creierul influențează exprimarea psihică în planul fizic, dar în plan subtil, psihicul ar putea funcționa relativ independent. Mai concret, unii oameni cu așa-zise probleme psihiatrice ar putea, eventual, demonstra o perfectă activitate a minții în planul invizibil. La ei ar fi defecte circuitele de legătură dintre minte și creier, care le provoacă neadaptarea la planul fizic. Am putea defini creierul ca fiind interfața de adaptare a minții la planul fizic.

Nu ne oprește nimeni să inventăm metode de a studia mintea în mediul său propriu, info-energetic. De fapt, astfel de studii se desfășoară de mii de ani, de către inițiații în diversele căi spirituale, esoterice, de pretutindeni. Acestea sunt astăzi accesibile oricui dorește să se instruiască. Ele folosesc ca instrument de cercetare chiar mintea umană, cu posibilitățile sale nesfârșite. Aplicându-le, ne vom convinge personal că mintea este altceva decât creierul. Și nu este o simplă opinie sau o iluzie, ci o cunoaștere directă atât de vie, încât nu ne mai rămâne nici un dubiu. Se mai îndoiește numai cel care nu poate trăi el însuși asemenea experiențe parapsihologice („Toma necredinciosul”).

Poate accepta știința ca instrument de cercetare însăși mintea (prin definiție subiectivă)? Noua obiectivitate poate fi definită ca reproducerea aceluiași tip de experiențe psihice individuale la nivel de colectivitate statistică, în condiții relativ identice și controlate științific, astfel încât să fie exclusă orice halucinație sau influențare colectivă. Desigur că asemenea experiențe trebuie conduse de persoane oneste și instruite în tehnici mentale speciale, având posibilitatea de a ține sub supraveghere fenomene de neimaginat pentru savanții vechii epoci.

Mintea poate fi perturbată, indiscutabil, de problemele creierului, din cauză că există interacțiuni permanente între ele două. Mintea solicită un permanent feed-back din plan fizic, iar în lipsa lui sau dacă el este eronat, activitatea minții va suferi și ea. Mintea este oarecum „oarbă” la senzațiile și realitățile fizice. De aceea, este dependentă chiar și de semnalele chimice sau electrice care circulă prin creier, ca purtătoare de informații.

Când însă cele două etaje se separă, mintea se eliberează de defectele induse de creier și poate funcționa perfect în plan subtil (timp în care creierul se odihnește, mintea rupând temporar contactul cu planul fizic). Nu putem judeca visele nimănui (fie el bolnav psihic) după standardele lumii fizice. Poate că visele unui „bolnav” sunt mai luminoase și mai coerente decât ale altui om „normal”...

Savanții au constatat că structurile creierului par a avea funcții precise și diferite între ele (deși unele funcții nu sunt strict localizate). Noua viziune științifică consideră aceste structuri neurologice mai degrabă ca pe niște relee specializate în transmiterea ideilor, emoțiilor, care provin din mintea subtilă. Este evident că, intervenind asupra unui releu fizic, se va distorsiona expresia ideilor sau a afectelor respective. Și invers, creierul va transmite minții unele semnale eronate, care vor perturba generarea de idei și afecte normale.

În concluzie, aceleași fapte experimentale pot fi interpretate diferit din punct de vedere filosofic, conform paradigmei preferate. Să reținem că interpretarea materialistă conform căreia „mintea se identifică cu creierul” este o simplă preferință personală, nicidecum o concluzie științifică sau un adevăr imbatabil! Cu cât aflăm mai multe, cu atât devenim mai liberi să gândim neîncorsetați în nici o ideologie...

În continuare, vă prezint câteva fragmente din articolul care m-a determinat să scriu studiul de mai sus. Între [paranteze drepte] am inserat comentariile mele, într-o cheie polemică, pe linia celor anterioare discutate.

6 noiembrie 2008

Creier trist, creier vesel

sursa : Money Express, 29 oct 2008

de Dr. Michael Craig Miller (Redactor Șef la 'The Harvard Mental Health')

«Dintr-o sută de miliarde de celule nervoase, mai mult sau mai puțin, nici una nu are capacitatea de a simți sau de a raționa individual, dar împreună generează conștientul. »

[Chiar așa? Cum anume? Explicați formarea conștientului, dacă vreți să fiți credibili! În realitate, e o afirmație aruncată “la plezneală”, nicidecum una științifică. Tot astfel, comentatorii de știință popularizată vorbesc despre mușuroaiele de furnici ca părând a fi proiectate de mintea unei arhitect. Dar imediat adaugă, speriați de ceea ce tocmai au afirmat: “*Lucru imposibil. De fapt, mințile milioaneilor de furnici creează un gând colectiv ordonator.*” Numai că asta e și mai greu de înțeles...]

«Timp de aproape 400 de ani, urmând ideile filozofului francez Rene Descartes, cei care s-au gândit la natura conștientului au considerat mintea în relație cu corpul, dar separată de el. În acest model, numit ‘dualism’ sau problema minte-corp, mintea era ‘imaterială’, neancorată în nimic fizic. Astăzi, neurologii descoperă o multitudine de dovezi ale unei idei cu care s-a jucat chiar Freud, cu mai bine de 100 de ani în urmă, anume că separarea minții de creier nu are nici un sens. »

[De când au început neurologii să invoce autoritatea lui Freud, psihanalistul??? Poate de când au descoperit preferința comună pentru ateism. Sau nu este decât un procedeu de „fermecare” a cititorilor?!]

«Neurologul și psihiatrul Eric Kandel, câștigător al Premiului Nobel, a declarat acest lucru direct, într-o lucrare publicată în 1998: 'Toate procesele mintale, chiar și cele mai complexe procese psihologice, provin din operațiuni ale creierului'. »

[Iată cum se face un transfer insidios de autoritate, dinspre un domeniu restrâns al științei înspre filosofie, unde respectivul nu are nici o competență.]

«Cercetătorii neurologi sunt cu toții de acord» [așa, fără nicio excepție, mai ceva ca în democrația socialistă???] «că mintea se naște din cooperarea a miliarde de celule interconectate, care, individual, nu sunt mai inteligente decât o amoebă. Dar ideea că mintea umană s-ar putea naște dintr-o astfel de înșiruire inconștientă e șocantă pentru oricine. »

[E șocantă inclusiv pentru cei care o lansează, dar, săracii, se încurajează reciproc să susțină bazaconii reduționiste. Și contrazice evidența că întotdeauna e nevoie de un coordonator inteligent al unei mulțimi, fie ea formată din celule vii.]

«Mulți își exprimă mirarea că emoțiile, durerea, sentimentele sexuale sau convingerile religioase ar putea fi un produs al funcțiilor creierului. Ei resping noțiunea că astfel de experiențe bogate pot fi reduse la simple procese mecanice sau chimice. Sau se îngrijorează că explicațiile științifice ar putea seduce oamenii, care ar adopta un fel de lene morală ce ar scuza orice slăbiciune umană: 'Creierul meu m-a pus să fac asta'. »

[De fapt, oamenii posedă înțelepciunea că teoriile se schimbă mereu, iar viața este infinit de complexă. Ei intuiesc că omul nu este închis în creierul său, ci deschis către universul nesfârșit.]

«Drumul către descoperirea bazelor biologice ale acestor experiențe umane complexe a dat naștere unei discipline relativ noi: neurologia cognitivă. Aceasta a explodat recent ca domeniu, mulțumită în mare parte deceniilor de progrese ale tehnologiei de cercetare neuronală imagistică, ce ne permite să vedem creierul la lucru. Așa cum a spus și doctorul Joel Yager, profesor de psihiatrie la Universitatea din Colorado: 'Acum putem privi cum șovăie mintea!' Cu siguranță că nu veți găsi o definiție a expresiei 'îți fuge mintea' în manualele de neurologie modernă. De asemenea, vă va fi greu să găsiți cuvintele 'fericire' sau 'tristețe', 'furie' sau 'dragoste'. »

[Nu ar fi oare mai corect să vorbim despre acțiunea asupra creierului a acestor emoții? Nu ar fi o dovadă de probitate științifică să

recunoaștem faptul că încă nu știm ce și cum le provoacă? Probabil că le generează însăși mintea cea imaterială!]

«Cu toate astea, neurologii înțeleg într-o măsură din ce în ce mai mare creierul emoțional și încep să privească îndeaproape aceste stări subiective, ce erau nu cu mult timp în urmă terenul filozofilor și poetilor. »

[Se sugerează că filosofia ar fi ceva prea penibil ca să fie luată în serios. Poate că de aceea orice savant se crede mai capabil decât filosofii. Ar putea fi un efect secundar nedorit al hiperspecializării lipsită de dialog interdisciplinar.]

«Este o știință complexă ce promite multe în ce privește îmbunătățirea calității vieții.»

[Așa să ne ajute Dumnezeu!]

Rolul important al Spiritului

Conform definiției, psiho-logia este știința SUFLETULUI, nu știința creierului! Dacă sufletul nu este creierul, atunci ce este sufletul? Pentru a evita să răspundă la această întrebare dificilă, neuroștiințele spun că sufletul este totuna cu creierul. Dar psihologii au dreptul să-și aleagă o altă viziune.

După opinia noastră, psihicul are o origine spirituală, el nu este un produs al materiei. Dacă spiritul stă la baza psihicului, desigur că psihologia trebuie să se preocupe și de Spirit. Psihologia fără spiritualitate este lipsită de orizont, precum o artă decadentă.

Există psihologi având ca hobby lecturi despre spiritualitate. Dar ei cu greu îndrăznesc să depășească canoanele profesiei practice și dezaprobarea colegilor.

Există și maeștri spirituali care au studiat psihologia. Văzându-i însă limitările, ei nu intră în detaliile științifice, limitându-se la psihologia practică. Rareori, deocamdată, veți găsi o abordare simultan spiritual-esoterică și psihologic-științifică.

Iată mai jos câteva fapte care relevă importanța covârșitoare a Spiritului nu numai pentru personalitate, ci chiar pentru funcționarea generală a organismului.

1. João de Deus (Ioan al Domnului) este un celebru vindecător brazilian, popularizat în toată lumea. El este un medium de încorporare, adică în trupul său intră spirite vindecătoare care realizează operații energetice și chiar fizice asupra a mii de pacienți. La un moment dat, João de Deus paralizase parțial, dar se vindeca imediat atunci când încorpora un alt spirit. Revenea la starea de paralizie imediat ce spiritul-musafir îl părăsea, iar spiritul propriu se întorcea în trup.

2. În cazuistica psihiatrică a personalității multiple se cunosc situații în care, de exemplu:

- Una din personalități era mereu bolnavă și obosită, alta era, dimpotrivă, energică și plină de vitalitate.
- O pacientă nu a dormit niciodată, timp de câțiva ani, prin trupul ei perindându-se, pe rând, 5 personalități distincte.

Din punct de vedere parapsihologic, pacientul cu “personalitate multiplă” este un medium involuntar, în care intră unul sau mai multe spirite.

Ce concluzii majore se pot desprinde din cele de mai sus privind rolul Spiritului pentru om?

În cazul mediumului de încorporare, este evident că spiritele care se perindă în trupul său își poartă propriul biocâmp fost-uman (în perispiritul lor). Este o dovadă clară a perpetuării elementelor psiho-vitale personale de la o încarnare la alta și între ele.

În plus, în cazul pacientei care nu a dormit ani de zile, este evident că spiritele se încărcău cu energie din planul subtil, în timpul în care își așteptau rândul la încorporare, dând apoi suficientă vitalitate corpului mediumului-pacient, ca acesta să nu mai aibă nevoie de odihnă.

În cazul omului obișnuit, refacerea prin somn este posibilă datorită detașării spiritului de trup și alimentarea sa cu energie din planurile non-fizice. De fapt, biocâmpul uman are o componentă esențială, detașabilă, formată chiar din perispirit.

19 august 2009

SPIRITUALITATEA ÎN 5 ILUSTRAȚII

Generațiile actuale sunt mai bine instruite, dar și copleșite de enorma cantitate informațională vehiculată pe toate canalele mass-media. Oamenii sunt relativ familiarizați cu multe subiecte de pe mapamond, deși în mod foarte superficial. Semidoctismul și păreri „după ureche” sunt la ele acasă și în zona Spiritualității. În general, aceasta e considerată a fi un domeniu ambiguu, nelucrativ, plictisitor, confundat cu superstițiile sau cu fenomenele misterioase, ori demn de apelat doar în situații critice. De aceea, este lăsat la coada priorităților omului modern – grăbit, stresat, agitat mental, manipulat de tot soiul de cerințe și influențe exterioare. Desigur, există și excepții: persoanele care simt o chemare lăuntrică spre trăirile spirituale și care își găsesc singure calea personală. Acest articol se adresează mai ales *celorlalți* semeni, cei care nu s-au aplecat în mod serios asupra spiritualității (fie din lipsă de timp ori surse de informare, fie considerând că este o arie mult prea vastă pentru a fi cuprinsă într-o viață de om, fie observând că diverse învățături se contrazic sau se neagă reciproc).

Sigur, există nenumărate tradiții spirituale diferite, pe care nu le poți cunoaște perfect decât dedicându-te lor exclusiv, cu trup și suflet. Dar dincolo de diferențele culturale și multitudinea abordărilor, din fericire, ele au același filon de aur, care ne permite să vorbim despre o „spiritualitate generală” de esență, pe care o poate înțelege oricine, cu un minim de efort, care explică și justifică toate căile religioase. SPIRITUALITATEA PURĂ se referă la acele noțiuni spirituale valabile în toate tradițiile autentice. Dacă astfel de adevăruri comune nu ar exista, ar însemna că spiritualitatea nu ar fi decât un joc de idei local, o creație a imaginației umane, care, prin urmare, nu ar putea fi ceea ce se pretinde a fi, și anume, un adevăr suprapersonal și transcultural. Tot mai mulți erudiți și experimentatori pe tărâmul conștiinței dau astăzi mărturie că aceste realități spirituale comune întregii omeniri într-adevăr EXISTĂ.

Nutrim speranța că, într-un viitor previzibil, căile spirituale își vor justifica rostul și valabilitatea tocmai dovedind că astfel de teze fundamentale se regăsesc și în corpul lor de credință. Astăzi, dimpotrivă, acest lucru nu se întâmplă, din cauza majorității liderilor religioși care nu sunt interesați de spiritualitatea pură. Aceștia afirmă sus și tare că învățătura proclamată de ei nu are nimic în comun cu pretențiile celorlalte culte sau tradiții. Este o tendință regretabilă și împotriva naturii spirituale. De aceea, unitatea religiilor nu se va pune în practică niciodată. Ele se hrănesc din diferențe, nu din asemănări. Religiile nu se vor uni, ci vor fi, eventual, absorbite treptat într-un mod nou, mai pur de raportare la Cer, potrivit oamenilor mai evoluți ce vor trăi în acel viitor probabil.

Dacă vom așeza specia umană pe o solidă temelie spirituală - simplă și universală, purificată de regionalisme și cu rigurozitate științifică - problemele grave ale civilizației s-ar rezolva rapid. Aceasta s-ar petrece prin contribuția întregii societăți, devenite mult mai conștiente de ea și de lume. Într-un sens practic important, spiritualizarea înseamnă expansiunea conștiinței către înțelesuri tot mai largi și profunde despre viață. Totuși, nu trebuie confundată cu doctrina „umanistă”, care ar vrea ridicarea materială și „spirituală” a omului, dar excluzând spiritualitatea! Neștiind spre ce să-l ridice, nici nu o poate face... Iar propășirea *materială* a tuturor pământenilor nu va fi posibilă decât, simultan, prin înălțarea lor *spirituală*.

Subiectul principal al spiritualității este, desigur, Spiritul. Accepțiunea sa unanimă ar fi următoarea: Spiritul este ceea ce rămâne viu din om după moarte. Dincolo de acest acord încep însă disputele de credință și diferențele practice, care par uneori ireconciliabile. De pildă, unii sunt convinși că Spiritul pre-există nașterii copilului, dar alții că este creat odată cu corpul fizic. După momentul morții, Spiritul este presupus fie a-și păstra forma umană, fie a dobândi o formă sferică. După moarte, se spune fie că Spiritul nu vrea să mai aibă de a face cu viața oamenilor, fie că rămâne cu aceleași dorințe umane, fiind interesat să intervină în viața muritorilor.

De asemenea, practica spirituală de zi cu zi este înțeleasă în moduri foarte distincte, ca fiind, de pildă:

- Efortul de autoîmbunătățire morală și de a face fapte bune.
- Practicarea unor ritualuri pentru rezolvarea „fără efort” a problemelor personale.
- Dobândirea unor percepții extrasenzoriale sau altor abilități paranormale, prin care se pot realiza vindecări neconvenționale și alte binefaceri.
- Comunicarea cu spiritele strămoșilor, ale rudelor decedate sau altor personalități.
- Cunoașterea directă a lui Dumnezeu și apropierea voinței individuale de Voința Sa.

Acest articol se înscrie în cadrul strădaniei generale de transpunere a spiritualității pe baze științifice, pentru emanciparea noastră de ignoranță și rău. El cuprinde 5 lecții scurte, ilustrate de mine, oferind o sinteză pentru cei grăbiți, dar interesați de subiect. Consider că ABC-ul spiritualității este cunoașterea rolului Spiritului în viața obișnuită a omului, de unde se vede că spiritualitatea nu este ceva adăugat artificial la preocupările obligatorii ale omului, ci este chiar baza pe care i se sprijină viața.

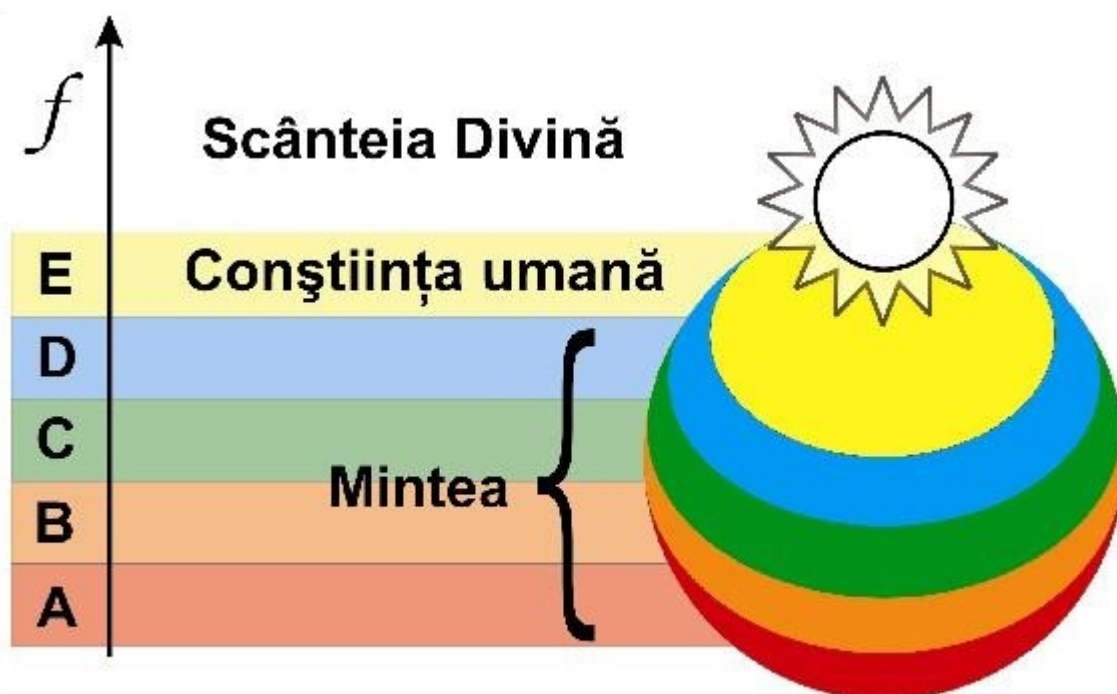
Am realizat o sinteză din învățături (foarte diferite) de Yoga, Spiritism, Vedanta trecute prin prisma Psihologiei. Este o simplificare la maximum a realității, care poate fi ulterior detaliată plecând de la această schemă științifică. Un singur model, mai multe tradiții spirituale...

29 septembrie 2010

LECȚIA 1: Omul și Universul

După Yoga, Universul creat este structurat pe 5 nivele de vibrație distincte, „lumi paralele” având legi de funcționare diferite. Ființa umană complexă este alcătuită din particulele-energie ale acestor planuri vibratorii. De exemplu, din elementele chimice ale planului *fizic* este alcătuit corpul *fizic*. Omul are 5 corpuri sau învelișuri ce înconjoară „Scânteia divină”, sau Atman. Aceasta provine de pe nivelul suprem, divin, necreat, fiind un fragment holografic din Dumnezeu cel Absolut.

Cele 5 corpuri coexistă în același spațiu, în interiorul și în jurul corpului fizic, penetrându-se reciproc. Substanța fiecăruia nu este deranjată deloc de existența celorlalte, având vibrații radical diferite. Ceea ce se numește *aura umană* este o parte din materia eterică, astrală și uneori mentală, ce este percepută de clarvăzători sau (mai recent) prin metode electronice.



Planșa 1. Omul și Universul

Explicația planșei

Am notat cu A, B, C, D, E cele 5 planuri paralele din care este constituit Universul, a căror frecvență de vibrație (f) crește de jos în sus. Denumirea lor este următoarea:

A - planul **fizic** (culoarea convențională: **roșu**)

B - planul **eteric**, sau vital, sau energetic, sau pranic (culoarea convențională: **portocaliu**)

C - planul **astral** sau mental inferior (culoarea convențională: **verde**)

D - planul **mental** superior, sau intelectual (culoarea convențională: **albastru**)

E - planul **cauzal** (culoarea convențională: **galben**)

Entitatea umană complexă este simbolizată aici de o SFERĂ ce conține materie din toate cele 5 planuri de vibrație universale (cele 5 culori convențional alese). În centru, tronează „Soarele” ființei, sau „Scânteia divină”, ce provine din planul Divinității transcendente.

Din punct de vedere psihologic, primele 4 straturi alcătuiesc MINTEA astfel: CREIERUL este format din partea sa fizică (A), vizibilă, și partea eterică-vitală (B), ce îl menține în funcțiune. În afară de creier, MINTEA mai conține materie astrală (C) - *sediu al dorințelor, emoțiilor, a gândurilor concrete, legate de senzațiile provenite din mediul fizic, specifică plantelor și animalelor* - și materie mentală superioară, intelectuală (D) - *care formează gândurile abstracte, inteligența specific umană*.

EGO-ul uman este o aglomerare din materie astrală și mentală, manifestând o tendință de autonomie față de voința Conștiinței. Ego-ul nu are voință liberă, ci doar automatisme emoțional-ideatice.

Din ultimul nivel (E) provine CONȘTIINȚA UMANĂ. Ea este diferită de minte! Conștiința nu „gândește”, ci este martor al modificărilor mentale, pe care poate să le dirijeze după voința sa. Nivelul cauzal (E) mai este numit și al „beatitudinii”, fericirea fiind natura fundamentală a Conștiinței umane. Însă Conștiința umană obișnuită este strâns legată de activitatea Minții și de aceea nu are răgaz să se bucure de fericirea sa proprie, necondiționată (vezi și lecția 4).

De asemenea, Conștiința umană este diferită și de Atman, natura divină din om! Se spune că omul este creat „după chipul și în vederea unei nesfârșite asemănări cu Dumnezeu”. Chipul lui Dumnezeu se reflectă perfect în Atman. Asemănarea cu El este un proces continuu de perfecționare a materiei celor 5 învelișuri luminate de „soarele interior”.

Conform Yoga, SUFLETUL (chitta) nu include creierul, ci doar învelișurile subtile E, D, C (aham, buddhi, manas). Acest fapt este verificat practic în stările de conștiință modificate, când sufletul experimentează realitatea din afara corpului și a creierului.

Particulele fizice se combină după legile chimice, fiind total inerte și manipulabile.

Particulele eterice-vitale păstrează întregi celulele vii, oferindu-le un tipar de dezvoltare. În lipsa lor, celula s-ar dezagrega până la nivel de molecule. Au un „flér” specific, căci se autodirecționează în regiunile organismului unde este o lipsă de energie.

Particulele astrale sunt simțitoare (oferă sensibilitatea simțurilor) și au o inteligență primitivă, ca a plantelor și animalelor, purtând instinctele speciei. Prin câmpul astral, plantele și animalele comunică telepatic informații legate de viața lor concretă, imediată.

Particulele mentale sunt cu adevărat inteligente, sunt ideile abstracte, generale, dincolo de preocupările de subzistență ale biologicului. Un om foarte inteligent răspândește în jur astfel de particule intelectuale, care îi face pe auditori să se simtă ceva mai deștepți cât timp

stau în preajma sa, îl privesc la televizor sau îi citesc cărțile. Inteligența este molipsitoare, ca și prostia, de altfel.

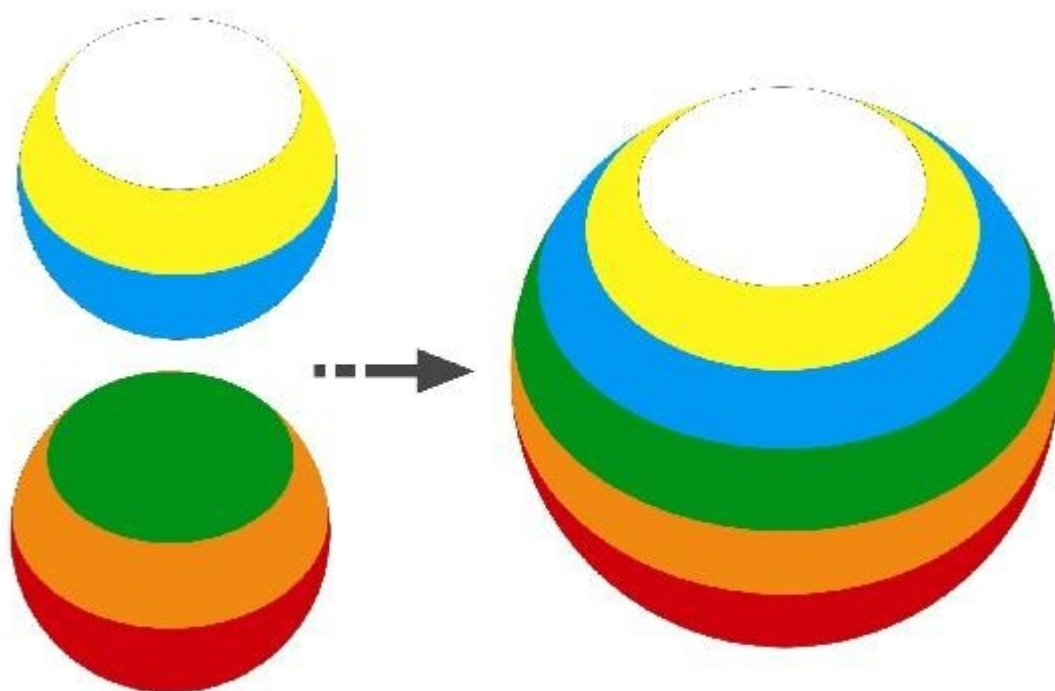
Particulele cauzale sunt singurele conștiente de sine. Cu cât se adună mai multe, cu atât conștiența persoanei crește. Conștiența fiind supramentală, este greu de definit prin noțiuni mentale, dar orice om o poate intui. În preajma unui înțelept, ne simțim parcă mai „treji” decât înainte, percepția asupra realității este mai vie, mai proaspătă, ca atunci când un miop își pune ochelarii. Intuim instantaneu legăturile dintre lucruri, dintre ființe, dar nu neapărat ca niște idei expuse analitic și bine clasificate. Este o percepție globală, sintetică și, mai ales, plină de dragoste față de tot ce există, fără judecăți de valoare. Credința nativă în Divinitate (nu cea impusă prin educație) apare la persoanele care au o mai mare conștiență, deci mai multe particule cauzale în aură.

LECȚIA 2: Crearea omului

În lecția 1 am prezentat alcătuirea omului, ca ființă complexă. Dar oare cum de a ajuns să fie alcătuit astfel? Să analizăm, pe scurt, crearea entității umane.

Conform Doctrinei Spiritiste, Spiritul este o ființă liberă, trăind în planul astral (C), sau mental (D), sau cauzal (E) al Universului, după rangul său evolutiv (gradul de puritate). Spiritul dorește să se întrupeze în planul fizic, în corpul unui viitor copilăș. Această viață de om îi va oferi noi experiențe necesare progresului său ca spirit.

Când un ovul se unește cu un spermatozoid, se formează un embrion uman. Este o entitate biologică ce se dezvoltă după legile naturii. Prin luna a treia, a patra de sarcină, un Spirit intră în centrul embrionului și începe să-i coordoneze dezvoltarea, conform intențiilor sale. Dezvoltarea copilului continuă și după naștere, beneficiind permanent de sprijinul Spiritului încarnat atât pentru dezvoltarea biologică, cât și pentru adaptarea la mediul fizic și social.



Planșa 2. Crearea omului

Explicația planșei

Păstrând semnificația culorilor din planșa 1, am reprezentat unirea a două entități (sfere) într-una singură - omul.

Entitatea (sfera) superioară este **Spiritul** liber. El conține Scânteia divină (culoarea alb) înconjurată de învelișurile cauzal (E - galben) și cel mental superior (D - albastru). Sunt cele două învelișuri care, conform Yoga, însoțesc Spiritul de-a lungul peregrinării sale prin Univers, de la o încarnare la alta. În stratul cauzal (E) se păstrează amintirile vieților anterioare, sub o formă condensată. Tot în acest strat se află Conștiința spiritului asupra mediului, cu 3 caracteristici esențiale: *identitatea* de sine unică (sentimentul de „eu”), *voința* și *atenția* (vezi și lecția 4). Învelișul intelectual (D) permite spiritului neîncarnat să analizeze fenomenele și să execute modificări în mediul înconjurător.

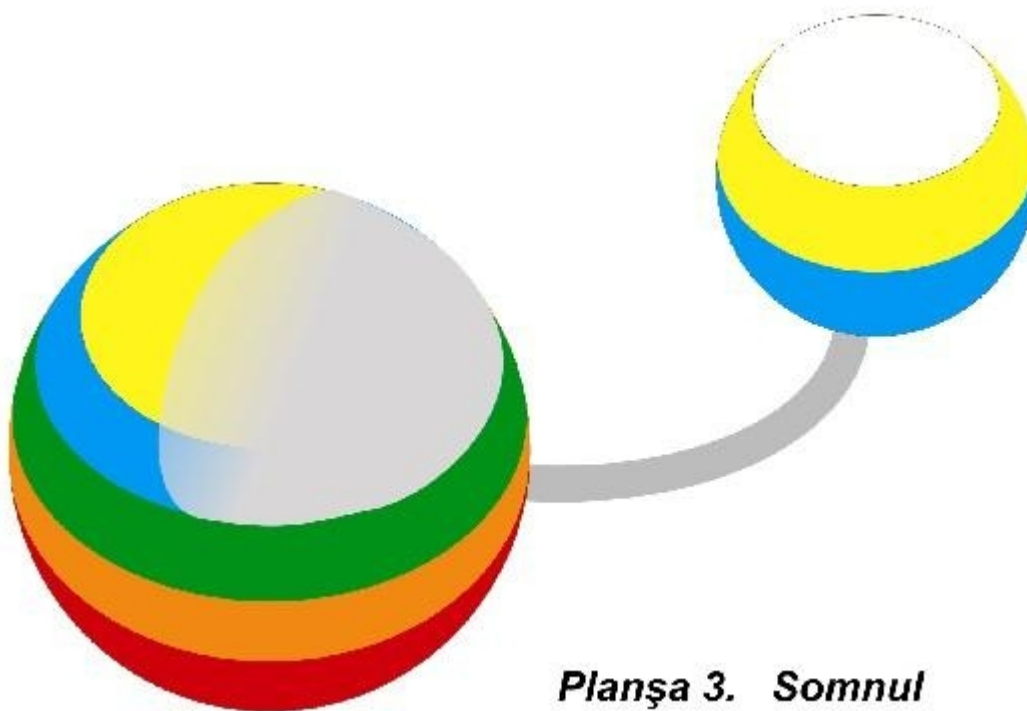
Entitatea (sfera) inferioară este **embrionul** uman. El este format din partea sa fizică (A - roșu), oul care se tot divide; partea vitală (B - portocaliu), care îi oferă energia vieții și matricea de creștere; materia astrală (C - verde), care transmite programul speciei, instinctele, și programele psiho-mentale moștenite de la părinți. Cele 3 tipuri de informații sunt prezente în ADN, care are deci - pe lângă dubla elice de proteine, observabilă la microscop - o componentă eterică și una astrală, invizibile.

Spiritul liber și embrionul biologic își pun în comun întreaga zestre de care dispun, rezultând o ființă umană complexă și totală (formată din materie de la toate nivelurile).

LECȚIA 3: Somnul

Somnul obișnuit apare din nevoia de odihnă a organismului, care își inhibă funcțiile organice. Dar stări aparent asemănătoare cu somnul pot apare și în alte condiții, când nu mai este vorba despre oboseală. Dacă putem explica ce fenomene psiho-spirituale se petrec în somn, ni se vor revela multe mistere ale ființei umane.

Conform Doctrinei Spiritiste, odată cu instalarea somnului, Spiritul părăsește trupul, plecând în alte „lumi paralele”, pentru a se regenera energetic, emoțional, mental și spiritual. De aceea, somnul este indispensabil, fiind deseori cel mai bun medic și cel mai bun sfetnic. Spiritul, ieșit temporar din închisoarea trupească, își păstrează legătura cu corpul omului prin „cordonul de argint” - o legătură fluidică ce se poate extinde oricât de mult, formată din materie subtilă. Prin acest cordon, Spiritul poate face schimb de energie și informație cu restul corpului. De exemplu, Spiritul este atenționat și se întoarce instantaneu în cazul unor urgențe, când corpul are nevoie de ajutor. Atunci omul se trezește din somn.



Explicația planșei

Păstrând semnificația culorilor din planșa 1, am reprezentat separarea Spiritului de restul corpului (mai bine zis, de restul celor 5 corpuri). Legătura energico-informațională între cele două entități este păstrată prin „cordonul de argint”.

Plecarea Spiritului lasă o „gaură” în structura ființei umane (colorată în gri). Rămân incomplete învelișurile cauzal (galben) și intelectual (albastru). Partea rămasă din stratul cauzal se numește **CONȘTIINȚĂ UMANĂ**. Ea are rolul de a avertiza Spiritul când apare vreo urgență și se

impune trezirea din somn, iar atunci Spiritul se întoarce într-o clipită din călătoria sa astrală.

Tot Conștiința este cea care trăiește visurile. Visul este o plăsmuire a materiei astrale (verde), care, după cum se vede, își păstrează intactă capacitatea de acțiune. Se știe că visurile activează creierul la fel de intens precum starea de veghe. În schimb, capacitatea de control asupra conținuturilor onirice este mult diminuată, deoarece nivelul intelectual (albastru) este incomplet. În general, se poate spune că forțele Conștiinței (galben) sunt mult diminuate în vis față de starea de veghe, când Spiritul va completa, prin simpla sa prezență, energia lipsă de pe nivelurile causal (galben) și mental superior (albastru).

Este foarte important că separarea din timpul somnului între Conștiință și Spirit se menține toată viața! Dacă nu ar fi separate „anatomic”, Spiritul nu s-ar putea desprinde niciodată. O dovadă ar fi aceea că noi nu percepem în Conștiința noastră de veghe tot ce simte și gândește Spiritul nostru, ba uneori avem chiar divergențe majore de opinie. „Muștrările de conștiință” sunt un exemplu evident că nu am urmat în fapte indicația dată de Spirit. La fel de evident este că, pe timpul somnului, cu vise sau fără, habar nu avem ce aventuri trăiește Spiritul nostru.

Deși separați, Conștiința este dependentă de Spirit, care îi dă energia necesară pentru a „funcționa” optim în starea de veghe. Conștiința umană obișnuită poate deduce prezența Spiritului indirect, prin faptul că s-a trezit și nu mai doarme, ori nu mai visează. O mai poate deduce prin intuițiile și inspirațiile pe care le primește, acele idei sau intenții care ne vin spontan și se dovedesc ulterior că au fost geniale. Uneori, putem avea ocazia să trăim chiar niște stări elevate de Conștiință, în care ni se dezvăluie și alte puteri nebănuite ale Spiritului ori chiar ființa sa divină...

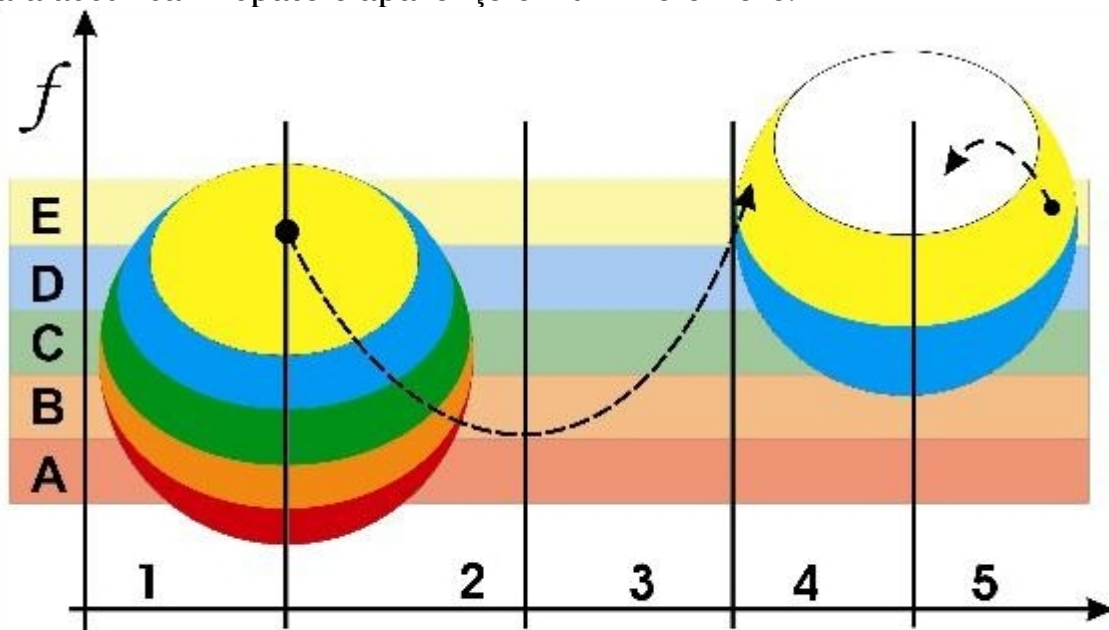
Pe aceeași planșă simplă de mai sus se pot explica și alte fenomene insuficient sau deloc explicate de știința actuală, cum ar fi: *visarea lucidă, transa hipnotică, autohipnoza, extazul meditativ, dedublarea astrală, mediumnitatea fizică, coma, walk-in* etc.

LECȚIA 4: Stări ale Conștiinței

Sufletul (care, conform Yoga, conține Conștiința umană, mentalul și astralul) este separat de Spirit (vezi lecția 3). Această scindare nativă îl face pe om să caute să se reîntregească, să regăsească unitatea cu Spiritul său divin - și aceasta este cea mai clară definire a spiritualității profunde. Androginul este ființa ideală în care Sufletul (*femininul*) se reunește cu Spiritul (*masculinul*).

Căutarea spirituală îi oferă Conștiinței umane o aventură interioară, în care poate trăi diverse stări extraordinare. Acestea se numesc în psihologie stări modificate de conștiință și includ visul, transa, extazul și multe altele care se mai pot ivi. Ele pot apare și accidental, involuntar.

Deci spiritualitatea înseamnă o expansiune a Conștiinței umane spre trăiri mai ample și înțelesuri mai profunde asupra vieții. De-a lungul antrenamentului spiritual, vor apare neîndoielnic evenimente inedite, când Conștiința va ieși din chingile obișnuinței, având atunci nevoie de îndrumare pentru a nu se rătăci, ca și de curaj pentru a merge mai departe, spre necunoscut. Pentru căutătorul avizat, țelul final al aventurii, indiferent pe ce cale spirituală se desfășoară, este unirea cu Dumnezeu, Absolutul, Totul... Chiar dacă nu există cuvinte potrivite să descrie acest ultim țel, căutătorii adevărului Îl intuiesc și Îi simt Prezența reală ascunsă în spatele aparențelor lumii efemere.



Planșa 4. Stări ale Conștiinței

Explicația planșei

Reamintim că, la crearea omului, din învelișul causal al Spiritului (E - galben), se separă un fragment numit Conștiință umană. El formează împreună cu învelișurile inferioare (D, C, B, A) o entitate distinctă, care se află la o oarecare distanță *vibratorie* de Spirit. În practică, acest lucru se traduce prin faptul că omul este ignorant, indiferent și chiar recalcitrant față de prezența tăcută a Spiritului din el. În planșă, am reprezentat acest fapt printr-o distanță pe orizontală între cele două entități. Aventura Conștiinței constă în parcurgerea acestei diferențe de potențial până la unirea sa cu Spiritul. Putem înțelege aceasta ca o purificare gradată a Conștiinței, până când va intra în rezonanță perfectă cu Spiritul.

Starea 1 - Se referă la starea normală de veghe, în care Conștiința este total absorbită de senzațiile fizice și operațiile psiho-mentale. Omul se consideră a fi un ego distinct de restul lumii, singur și vulnerabil.

Starea 2 - În urma unei practici meditativ-contemplative prin care realizează starea de martor detașat, de observator al fluctuațiilor mentale, Conștiința umană se separă complet de Minte, dispărându-i temporar amintirile și experiențele senzorial-mentale. În budism se numește starea de vid, iar misticii creștini o numesc uneori „noaptea

neagră a sufletului”. Ego-ul aproape că a dispărut, dar nicio altă experiență minunată încă nu a apărut. Este o situație de cumpănă (motiv pentru care am plasat-o pe o curbă descendentă în figură), care va fi depășită prin răbdare, credință și perseverență, fiind urmată în mod natural de starea 4.

Starea 3 - Pe planșă, traiectoria pe care se deplasează Conștiința trece prin lumea eterică (B), astrală (C) și mentală (D). Prin aceasta am simbolizat fenomenul de dedublare sau proiecție a Conștiinței în afara corpului. Este o stare întâlnită în moartea clinică sau în dedublarea conștientă, numită în creștinism „răpirea în duh”. Conștiința, împreună cu un mic fragment din Minte, însoțește Spiritul în călătoriile sale, fiind părtaşă la experiențe inimaginabile în planurile paralele ale universului. Maestrii spirituali avertizează asupra tentațiilor acestor lumi minunate, aspirantul riscând să-și blocheze singur evoluția spre Absolut. Nu este obligatoriu să apară astfel de experiențe în practica meditativă, ele ținând mai mult de configurația energetică a omului respectiv!

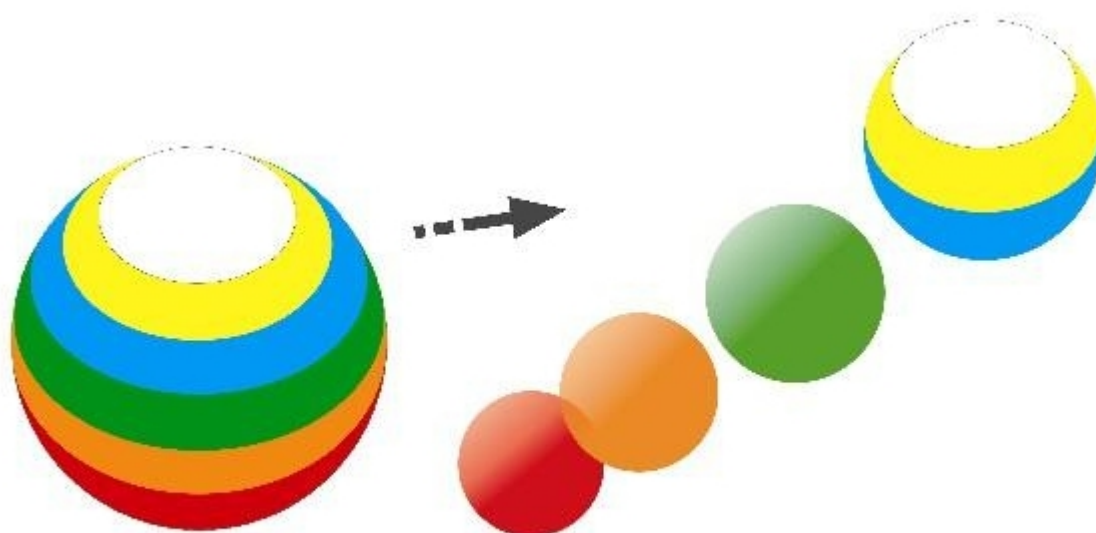
Starea 4 - În urma continuării practicii meditative din stadiul 2, Conștiința umană revine în învelișul cauzal al Spiritului, mult dincolo de Minte, de unde a fost desprinsă la începutul vieții omului. Este o experiență de preafericire - realizarea Sinelui, recunoașterea naturii beatifice proprii Conștiinței. Ego-ul uman a dispărut, făcând loc unei stări dilatate la infinit, în care Conștiința cuprinde cu iubire toate obiectele și ființele. Încă se mai păstrează un vag sentiment de „EU” cosmic, care va fi treptat transcens. În Yoga este considerat a fi primul stadiu de extaz („cu suport”), care trebuie continuat cu stadiul final („fără suport”). Cel care ajunge aici este un om binecuvântat, putând da mărturie de măreția Spiritului și a lui Dumnezeu, pe care Îl simte de aproape.

Starea 5 - Dacă primește Grația Divină, Conștiința poate trece dincolo de starea sa proprie cauzală (E), în gloria lui Atman (Nucleul divin al Spiritului). Aceasta este adevărata iluminare spirituală, în care dispare complet dualitatea eu-lume, fiind trăită starea indescritibilă a Divinității pure, necreate (adică având alte proprietăți decât ființele și obiectele din cele 5 lumi create). Este starea preamărită de învățăturile Advaita-Vedanta ca fiind ultimul țel al căutării spirituale, când orice efort încetează, fiind atinsă unirea cu Dumnezeu cel Absolut, unica Ființă ce există în eternitate. Nici măcar cuvântul „beatitudine” nu se mai potrivește aici. Acei rari oameni care au atins acest nivel suprem devin un focar de putere și inspirație divină pentru semenii, prin simpla lor prezență, putând realiza orice miracole (dacă doresc). Un astfel de om a fost marele Isus Cristos, ca și alți Sfinți ai tuturor tradițiilor spirituale, de-a lungul istoriei și chiar în contemporaneitate...

LECȚIA 5: Moartea

Orice are un început, are și un sfârșit. Ceea ce este efemer nu este real la scara eternității. Este bine ca omul să cunoască, pe lângă lucrurile banale de care se lovește la tot pasul în viață, și ceea ce este important pe termen lung, acordându-i respectul cuvenit. Ce se va întâmpla la moarte cu tine dacă nu te pregătești din timp, ca un bun gospodar?!

Imaginează-te în ultimele clipe de viață, gata să treci pe tărâmul celălalt... Tot ce ai acumulat material, toate cunoștințele intelectuale, le vei lăsa în spate, inutile. De acum înainte rămâi singur, cu Spiritul tău. Vei depinde exclusiv de El. Dacă este un Spirit superior, vei fi fericit. Îți vei găsi un culcuș veșnic în El, dar nu spre a dormi, ci spre a vă bucura împreună de lumile spirituale. Dacă l-ai servit bine, el a evoluat, ceea ce te va încânta și pe tine, ca Suflet. Atunci ți se va arăta limpede că sensul vieții tale muritoare a fost cel de a sluji cât mai bine scopurile acestui *Spirit invizibil din tine*. Răsplata îți vine odată cu moartea, când tu devii *o bucățică invizibilă din El*, te unești total cu acesta, pierzându-ți identitatea separată.



Planșa 5. Moartea

Explicația planșei

Ce este moartea? Moartea este procesul în care omul se destramă în componentele sale care s-au unit la naștere (vezi lecția 2), rămânând integral doar Spiritul etern. Moartea are mai multe etape.

Etapa 1 - Sufletul și Spiritul părăsesc împreună trupul (exact așa cum se petrece și în fenomenul de dedublare astrală conștientă, de data aceasta în mod ireversibil). În urmă rămâne corpul fizic (roșu) și cel eteric-vital (portocaliu). Începe procesul de putrefacție al trupului. Cam după 10 zile, începe și fărâmițarea corpului eteric în particulele sale

eterice, care se disipă în mediul eteric ambiant. În acest interval de timp este posibilă revenirea corpului la viață, prin reîntoarcerea Spiritului. O astfel de situație se numește „moarte clinică”, cu alte cuvinte o moarte reversibilă.

Etapa 2 - După circa 40 de zile, începe și destrămarea corpului astral (verde), care însoțea Spiritul. Particulele sale se împrăstie în mediul astral. Astfel dispar din orizontul Conștiinței preocupările omenești (gândurile-dorințe) avute de fostul suflet al decedatului. În creștinism, parastasul de 6 săptămâni marchează acest eveniment spiritual important - renunțarea la vechea personalitate limitată, în favoarea unei deschideri totale către noua viață de spirit liber.

Etapa 3 - Ce mai rămăsese din fostul Suflet (intelectul și Conștiința) sunt absorbite în învelișul mental, respectiv cauzal al Spiritului (vezi planșa de la lecția 3). Astfel, Conștiința umană revine în cauzalul spiritual (galben), iar experiența intelectuală îmbogățește mentalul spiritual (albastru). Fosta Conștiință umană își pierde individualitatea, ceea ce nu este o moarte, ci dimpotrivă, o trăire mult mai largă. Este ca și cum omul ar căpăta conștiința integrală a Spiritului, pierzând-o pe cea de om. În jurul acestui mic nucleu al fostei conștiințe umane se păstrează, pentru eternitate, amintirile esențiale ale vieții terestre abia încheiate. În învelișul cauzal al Spiritului se află, sub formă condensată, toate sufletele pe care le-a animat Spiritul de-a lungul reîncarnărilor succesive, împreună cu faptele lor (karma).

La o primă vedere, s-ar putea spune că idealul tuturor misticilor de a se uni cu Spiritul se va realiza automat și fără efort când murim. *Pentru ce atunci atâta chin din partea căutătorilor spirituali?* Nici un efort nu rămâne nerăsplătit, dacă e făcut cu bună intenție. Spre deosebire de procesul morții, Conștiința misticului care reușește să își realizeze Sinele va reveni în trup și va putea acționa cu înțelepciune, fiind un releu perfect al intențiilor Spiritului său (vezi lecția 4, starea 4 și 5). Acest fapt îl va ridica în rang spiritual, lucru de care se va bucura mai ales după părăsirea lumii fizice. Dar, după moarte, omul dispare și nu mai poate să dea mărturie semenilor despre fericirea spirituală. Viața de spirit liber se supune cu totul altor reguli decât viața omului, iar comunicarea dintre cele două lumi este, deocamdată, deficitară, ocazională, neclară, subiectivă și mai ales, incredibilă pentru mulți muritori.

Care este rostul vieții dacă tot murim? Spiritul are aceeași alcătuire înainte de naștere ca și după moarte: Atman înconjurat de perispirit (vezi lecția 2). Însă perispiritul este supus transformărilor de-a lungul vieții, el se îmbogățește cu experiență. Totodată, este posibil să se și impurifice, din cauza faptelor rele (păcatele), și atunci omul va trebui să depună un efort conștient de purificare moral-spirituală, pentru a-și ridica Spiritul la un rang cât mai înalt posibil. Cu cât rangul este mai înalt, cu atât fericirea este mai mare și neîntreruptă. Scopul reîncarnărilor este ca Spiritul să capete o cât mai mare experiență de viață, în același timp purificându-și învelișurile energetice, ca să aibă acces cât mai aproape de beatitudinea ce o răspândește Dumnezeu. Este adevărat că nucleul Spiritului (Atman) are o natură pur divină, dar Spiritul mai conține și acel perispirit subtil, cu care acționează în Univers. Un Spirit înalt și puternic este cel care și-a adus perispiritul aproape de perfecțiune.

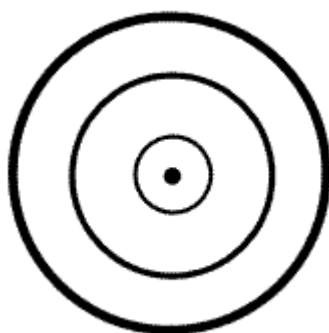
SUFLETUL și SINELE - cea mai frumoasă poveste de iubire din lume

Metodă romantică de evoluție spirituală

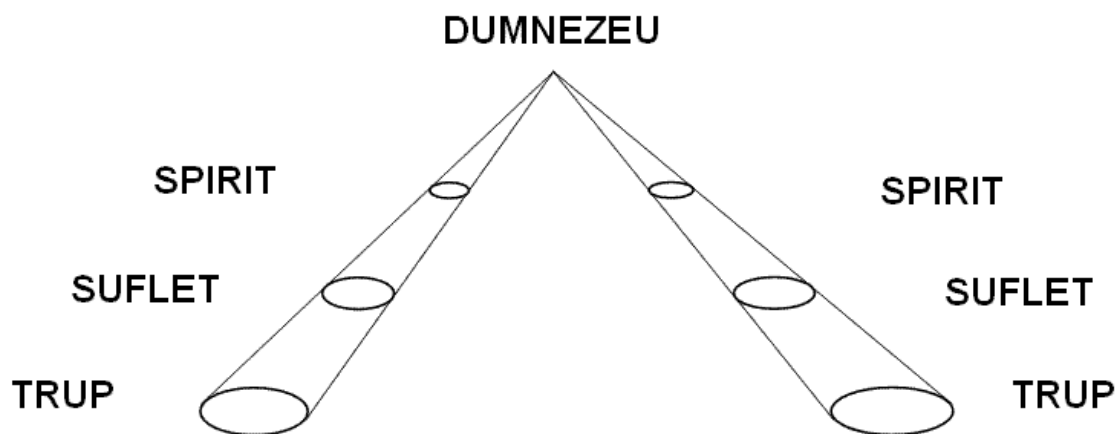
Considerații teoretice despre suflet și spirit

OMUL ȘI DUMNEZEU

În inima omului stă sufletul. În inima sufletului stă Spiritul. În inima Spiritului stă Dumnezeu.



Dumnezeu este punctul fără dimensiune din care originează toate ființele și lucrurile. În Dumnezeu ne întâlnim cu toții.



Trupul, sufletul și Spiritul se găsesc pe niveluri diferite de vibrație, care necesită o abordare potrivită. Nu poți cunoaște sufletul prin metode biologice, potrivite trupului. Nu poți cunoaște Spiritul prin metode psihologice, potrivite sufletului. Nu-L poți cunoaște pe Dumnezeu din lecturi spiritiste sau voiaje astrale... Unii oameni au avut experiențe mistice în care L-au întâlnit pe Domnul „față în față”. Uimirea lor nu avea margini. Totuși, o distanță încă îi mai separa.

Există o stare supremă, în care poți fuziona complet cu El. Cum să ajungi acolo, cum să intri în Dumnezeire, suflete? Iubindu-ți Spiritul...

CONFUZII LINGVISTICE

Literatura spirituală este foarte bogată, în toate limbile Pământului. Este posibil să apară confuzii lingvistice între suflet și spirit. Iată câteva repere:

- Traducerile venite din Extremul Orient spun „*spirit*”, dar înțeleg *minte*, *gândire*. În limba franceză, un „om de spirit” înseamnă o minte inventivă.

- În limba engleză, dar și în românește, deseori, cuvântul „*suflet*” semnifică spiritul.

- Se mai folosește cuvântul „*suflet*” în pereche cu mintea, semnificând emoțiile în pereche cu gândurile.

- În scrierile creștine, cuvântul „*duh*” semnifică în mod normal spiritul, dar uneori poartă și sensul de suflet. „Sfântul Duh” desemnează persoana unui Spirit sau Spirite foarte înalte. Totuși, de cele mai multe ori, în scrierile creștine, „Sfântul Duh” este sinonim cu Grația Divină.

- Unii filosofează, la modul general, despre „Spirit”, dându-i un sens vag sau acela de Dumnezeu.

- În psihologie, „*sinele*” se referă la suflet, cu excepția psihologiei transpersonale, unde sinele capătă semnificația de *spirit*. În acest articol, Spiritul și Sinele sunt sinonime.

- În unele scrieri spirituale, cuvântul „*conștiință*” se referă la spirit. În scrierile mele recente, folosesc cuvântul „conștiință (umană)” ca parte a sufletului omenesc, din motive de claritate.

TRUP - SUFLET - SPIRIT

Cea mai simplă schemă a alcătuirii omului, bine cunoscută și acceptată în Occident, este trinomul trup+suflet+spirit. Să împărțim, didactic, fiecare etaj în cele 2 părți esențiale corespondente:

TRUPUL= corp + Creier

SUFLETUL= minte + Conștiință (umană)

SPIRITUL= perispirit energetic + Nucleu (Conștiința Divină)

Regăsim aceeași structură bipolară la toate cele 3 niveluri, între care constatăm o analogie evidentă: *Nucleul* (scânteia divină) este pentru perispirit ceea ce este *Conștiința* este pentru minte și ceea ce este *Creierul* pentru restul corpului – și anume, **centrul de comandă**.

Perispiritul înseamnă energie, acțiune, sensibilitate ca și *mintea*, ca și *corpul* – adică **partea senzorio-motorie**. În schimb, *Conștiința* este observatorul și dirijorul *minții*, la fel cum *Nucleul* controlează detașat acțiunile *perispiritului*.

O altă analogie foarte importantă: *Creierul* este o parte din *mintea* (nivelul următor), după cum *Conștiința* este o parte din *perispirit*

(nivelul următor), iar *Nucleul* este o parte din nivelul următor - Divinitatea. *Conștiința umană* este un fragment detașat din partea cea mai rafinată a *perispiritului* central (cel mai apropiat de *Nucleu*), după cum „scânteia divină” (*Nucleul*) este iscată de Marele Foc al Divinității.

	Parte senzorio-motorie	Centru de comandă
TRUP	corp	Creier
SUFLET	minte	Conștiință
SPIRIT	perispirit	Nucleu
	Divinitate	

LA ÎNCARNARE, SPIRITUL ÎȘI CREEAZĂ UN SUFLET

Spiritele trăiesc în mod natural în lumea astrală sau alte lumi subtile superioare. Dar ele sunt curioase să trăiască în lumea fizică, fapt pentru care se încarnează în orice ființă biologică li se oferă, potrivită cu rangul lor evolutiv: o găză, o pasăre, un animal, un om. De fiecare dată, experiența este captivantă, deosebită și necesară. Spiritul este o ființă în mod natural expansionată, dar acceptă limitarea într-o formă fizică, temporară, pentru plăcerea și nevoia experienței.

Spiritul va conduce trupul prin intermediul sufletului. Sufletul este o ființă hibridă, el conține atât *mintea* (aspectul limitat), cât și *conștiința* (aspectul nelimitat), astfel putând intermedia experiența între lumea fizică și Spirit. Spiritul nu poate să își nege sau să își anuleze eternitatea, indestructibilitatea, potențialitatea infinită. De aceea își creează un suflet potrivit vieții limitate, muritoare. Trăirile sufletului sunt primite instantaneu și de Spirit, dar nuanțat, specific sensibilității Lui.

Datoria omului este de a trăi, chiar dacă nu înțelege de ce s-a născut și de ce trebuie să moară. Acestea le știe Spiritul său. Sufletul omului trebuie să își asculte Stăpânul și să se bucure de viață, așa cum este ea, cu bune și cu rele. Ce se întâmplă când trupul nu ascultă de voință (ca în cazul paraliziei)? Omul este un handicapat. Iar când sufletul nu ascultă de Spirit, ce este? Un răzvrătit, un nefericit, un handicapat...

Spiritul nu este un dictator, venit cu forța de aiurea. Este blând și înțelegător. El ține în viață omul, de la naștere și până la moarte. În somn, când Spiritul iese din corp, sufletul și trupul sunt aproape morți. Sinele este o sursă nebanuită de putere, creativitate, protecție, mângâiere. Și, mai ales, este sursa conștiinței noastre.

Sufletul îi spune trupului: „*Mergi în acea direcție!*”, iar trupul știe să meargă singur, automat, fără ajutor. Tot așa, Spiritul îi dă sufletului indicații de esență, sfaturi și decizii. Acesta din urmă le pune în aplicare, fiind mai familiarizat cu detaliile de conjunctură.

În cazul omului înțelept, deciziile în toate acțiunile sunt luate imediat, total inspirat, fără incertitudini și amânări. Viața curge neturbulent. Oricâte capcane i s-ar întinde, sufletul le ocolește spontan,

instinctiv. Gustă libertatea, fără a se simți copleșit de ea ca filosofii existențialiști...

Majoritatea oamenilor suntem, din păcate, prea puțin liberi. Acțiunile și comportamentul nostru este deseori marcat de prejudecăți, scheme de gândire, limite personale – adică suntem prizonierii ego-ului (sufletul neliber).

Practica devoțiunii față de Sine

SUFLETUL E SINGUR

„Pentru ce m-am născut? De ce voi muri? Care e rostul meu?” – se întreabă sufletul tău, fără a găsi răspuns. Uneori, alte suflete vin și pleacă de lângă tine, făcându-ți viața mai frumoasă pentru o vreme. Mai primești câte-un ajutor pentru sarcinile lumești, dar când te retragi în gândurile tale, ești singur. Nimeni nu intră în odaia sufletului tău. Sau poate că... o Lumină de sus te veghează. Este Sinele tău, Spiritul ce ți l-a dat Dumnezeu când te-a creat.

Când invoci spiritele superioare, sfinții, îngerii ca să te lumineze, să te însoțească, ei vin degrabă și te desfată cu energia lor sublimă. Dar până la urmă, spiritele înalte trebuie să plece la treburile lor cosmice și te lasă iarăși singur. Atunci, deznădejdea ta poate fi copleșitoare, căci te regăsești în vechea carapace a ego-ului limitat, temător, nefericit. Iată cum plângea cuviosul Siluan Athonitul de dorul Duhului Sfânt:

«Din clipa în care am cunoscut pe Domnul, sufletul meu năzuiește spre El, și nimic nu mă mai bucură pe pământ. Dumnezeu este singura mea bucurie.

Sufletul meu tânjește după Tine, Doamne. Mi-ai ascuns fața Ta și m-am tulburat. Și iarăși sufletul meu dorește foarte să Te vadă, căci Tu l-ai atras.

Acum, duhul meu arde până la lacrimi de dorința de a Te vedea pe Tine, Lumina mea.»

SPIRITUL ESTE LUMINA SUFLETULUI

Dar de ce nu chemi tu propriul tău Spirit? El este cu tine 24 de ore din 24, singura lui treabă este să fie cu tine. Este un spirit înalt și îți poate oferi multe binecuvântări. Dacă El s-ar opune, niciun guru, nici măcar Dumnezeu nu te-ar putea ilumina. Spiritul tău este suveran, nu poți realiza nimic deosebit peste voia Sa și fără ajutorul Său.

Dacă tu, suflet de om, Îl rogi, El nu-ți va refuza orice-i stă în puteri, fiindcă te iubește infinit. Sunteți ca doi frați siamezi ce privesc, uneori, în direcții diferite. Sângele vostru comun vă face, de cele mai multe ori, să simțiți și să gândiți identic.

Spiritul este detașat de chestiunile omenești. El are o viziune mult mai amplă, privește evenimentele în timpul cosmic. Tu, suflete, nu ești nici începutul, nici sfârșitul eternității, ci doar o etapă din milioanele de

încarnări pe care Sinele le-a avut. El își cunoaște cel mai bine evoluția și interesele. Caută să-L accepți așa cum e și să-L înțelegi!

Spiritul marelui filosof-yoghin Sri Aurobindo s-a reîncarnat în celebrul cântăreț-dansator Michael Jackson. Din câte se cunoaște, Michael nu a trăit niciodată starea de iluminare spirituală. Ar fi putut-o obține rapid. Dar Spiritul nu l-a îndemnat spre această căutare. Își făcuse deja stagiul de mistic în corpul înțeleptului indian. Chestie de noroc.

Dacă citești aceste rânduri și îți dorești iluminarea, probabil că ai noroc. Aceste cuvinte simple te vor ajuta.

PACEA SPIRITULUI

Ai tot căutat diverse persoane, cărți, locuri care să-ți dea pacea inimii. Uneori ai găsit-o, dar a trecut repede și ai rămas însingurat, în avalanșa realității cotidiene. Asta s-a întâmplat fiindcă nu te-ai gândit că liniștea inimii tale este chiar Spiritul din tine. Restul sunt doar șanse ca să rămâi tăcut și să-I simți pacea.

Cea mai frumoasă relație de dragoste o poți avea cu propriul Spirit. Este perfectă, fără certuri, comunicați instantaneu orice între voi, te simți extraordinar de bine cu El. Și El cu tine, că doar ești copilul Lui, pe care îl modelează de ani de zile. În plus, iubirea voastră nu va muri niciodată. Așa este dragostea pentru om a Spiritului și iubirea de Sine a sufletului.

Cel mai greu îți vine să crezi că El există, că nu este o ficțiune sau autosugestie. Acceptă această „ipoteză” cu toată credința și se va petrece un miracol cu tine. Tu porți un alter-ego minunat, sublim. Este ca și cum un cerșetor s-ar privi în oglindă și ar vedea un prinț strălucitor. Ce șoc pe bietul om!

Spiritul este împăratul vieții tale, guru-l înțelepciunii tale, dăruitorul iluminării spirituale. Dacă o vrei, cere-i-o Lui. Se va îndupleca și te va face fericit. Nu îți trebuie o pregătire specială sau un anumit moment astral. În orice clipă a vieții, Grația Divină se află aici, în tine. Nu poți să o provoci, dar poți să o ceri. Oricând, deseori. Te vei simți dintr-o dată mult mai bine. Ai intrat în legătură cu Taina... Lasă-i libertatea de a-ți dărui ce alege Ea. Nu-i pretinde altceva! Ai încredere în discernământul și iubirea Ei nesfârșită pentru tine.

Spiritul este o ființă foarte asemănătoare cu tine, dar mult mai pură. Așa ai arăta tu dacă ai trăi în paradisul îngerilor. Acum, ca suflet, trăiești printre păcătoși, iar asta ți-a cam tăiat din aripi. Dar modelul ideal este prezent aici, tăcând în tine.

Iubește-ți Sinele! Este cea mai frumoasă poruncă. El este Dumnezeuul tău personal. Dacă nu te poți apropia de acest Dumnezeu atât de real, care este și Sfântul tău Duh, cum oare te-ai putea apropia de Dumnezeuul Macrocosmic? Adoră-ți Sinele, precum o faci cu Isus, cu Maica Domnului sau cu alte icoane cerești. Ele sunt acolo, undeva, vin și te sprijină, dar uneori parcă nu te aud. Le ceri ajutor, dar tot singur te descurci. Asta se întâmplă fiindcă sfinții vor să descoperi că cel mai mare sprijin este chiar

în tine. Nu ți-o spun direct, din delicatețe, ci te lasă să intuiești și să experimentezi forța lăuntrică infinită. Vor să-ți întărească încrederea în Sine. Spiritul nu te va lăsa singur niciodată, locul lui este în ființa ta, definitiv.

IUBEȘTE-TE PE TINE ÎNSUȚI!

Orice cale spirituală conduce la aceeași realizare: Sinele Suprem, Dumnezeuul ființei noastre. Nici nu-L pot ocoli, nici nu duc în altă parte – dacă sunt căi autentice și urmate corect. „*Nimeni nu poate ajunge la Dumnezeu decât prin Sine!*” Atunci, de ce să nu scurtăm drumul, mergând direct la Spiritul lăuntric?

Unii ar numi aceasta „calea devoțiunii”. Într-un fel, așa este – intri într-un dialog devoțional cu El, te simți învăluit în iubirea Sa caldă, Îl rogi să te înalțe la El, să devii una cu El. Dar nu este o cale ce ți-ar părea străină de felul tău de a fi. Nici măcar nu este o „metodă”, fiindcă nu trebuie să faci absolut nimic, ci doar să te iubești mai mult. Citind aceste rânduri, deja te simți foarte bine, zâmbești lăuntric, te simți ușurat, înălțat, pentru că sunt cuvinte ce vin din propria ta intuiție, exprimă un adevăr pe care nu îl vei contesta.

Abia când vei descoperi pe de-a-ntregul Dumnezeuul tău personal, ți se va revela că și celelalte ființe au același Dumnezeu personal. Căci Dumnezeu este unic. Acum, cât încă mai cauți adevărul, te simți separat de lume. Este firesc, nu te necăji! Înțelepciunea vine printr-o trăire din ce în ce mai largă.

Intră în dialog cu Spiritul Divin din tine! Simte bucuria comuniunii cu El! Lasă deoparte teoriile, uită-le și permite-ți să te lași pătruns de bucuria regăsirii cu sufletul sufletului tău!

COMUNIUNE PRIN TĂCERE

Sufletul este precum un burete îmbibat cu fluidul Spiritului. Sunteți îngemănați de la început. Vă identificați în foarte multe aspecte. Crezi că sunt ale tale, dar sunt și ale Lui. Similitudinea voastră este deja realizată în procent de 99%! Este atât de ușor să completezi restul... Îți mai trebuie puțină bunăvoință. Noroc, deja ai. Dumnezeu se odihnește în tine, te așteaptă. Intră în liniște!...

Comunici cu Spiritul prin tăcere. El oricum știe toate păsurile tale. N-ai nimic nou să-i mai spui. Știe ce vrei încă de la apariția intenției de vorbi. Deschide gura și... taci! Deja ați dialogat. Dacă ai o nelămurire, până apuci să o exprimi, Spiritul deja ți-a răspuns. Întrebarea a murit înainte de a se naște. Dacă vrei să faci ceva greșit, Spiritul îți trimite deja semnalul de alertă și te răzgândești imediat. În felul acesta, tu și Spiritul faceți o echipă strașnică. De fapt, ai devenit una cu El. Nu aveți divergențe și pui înțelepciunea Sa în practică.

Totuși, sufletul nu își va pierde dintr-o dată defectele sale omenești. Au și ele dreptul la propria existență, până li se termină energia ce le-ai dat-o mai demult. Prin atentă autosupraveghere, tendința de a greși va fi treptat-treptat eliminată. Sufletul are un aliat mai puternic decât orice inamic: este Supremul Sine! Sub influența Lui, miracolele devin posibile. Ele nu sunt însă spectaculoase, ci intime, sunt miracole private. Cel mai mare dintre toate este acela că Dumnezeu nu-i departe, în cosmos, ci atât de aproape și de accesibil! Spiritul este Dumnezeuul tău personal. Bucură-te de acest miracol al tău, numai al tău! Tu și Sinele-Dumnezeu, o dragoste secretă, totală, pură, absolută... Trăiești cea mai frumoasă poveste de iubire din lume.

PUTEREA IUBIRII DE SINE

Dar mintea intervine: „*Toți oamenii se iubesc pe sine*”. Nu chiar toți. Iubirea nu înseamnă egoism, meschinărie, agresivitate. Lovind în alții pentru binele tău, arăți sclavie față de trup și dispreț față de Spirit. Dacă ești rău cu alții, sigur nu te iubești. Merită să nu te iubești?!...

Iubindu-ți Sinele, această iubire se va întoarce fulgerător la tine, înzecit. Vei începe să te iubești intens și pe tine, cu toate imperfecțiunile tale. Vei dori să te purifici, ca să semeni cu icoana Spiritului ce te veghează. Ți vei accepta limitele omenești, cu iubire, încercând să ți le depășești, tot cu iubire. Aceeași iubire se va răsfrânge și asupra celorlalți semeni, suflete ca și tine. Iubirea va trece dincolo de orice și vei cuprinde în inima ta toată natura. Iubirea este ca o reacție termonucleară benefică, tandră, mângâietoare – odată iscată, nu se mai oprește, se dilată la infinit...

Nu ești chiar la prima întâlnire cu Sinele tău. Dar altădată nu prea I-ai dat atenție – un murmur de regret, o adiere de bucurie, cam atâta ai simțit... Abia acum Îl percepi cu adevărat. Și te-ai îndrăgostit, ești complet vrăjit. Tot la El ți-e gândul și inima - ce delectare, ce fascinație, ce tandrețe! Ești alt om! Iubești și te simți iubit pe vecie. N-aveți cum vă despărți. Chiar dacă uneori încerci să te superi pe El, din motivele tale egoiste, nu te ține mult. Îți rezezi singur porția de iubire care te înmiresma și te umplea cu nectar ceresc. Așa că vei reveni zâmbind și veți râde iarăși împreună. E mai bine să fii fericit, nu-i așa? Și e foarte simplu: bucură-te de prezența Sinelui lăuntric!

Pentru sceptici

SINELE ESTE REAL

Dacă ești un om pragmatic și rațional, ai putea bufni: „*Cum să mă îndrăgostesc de o fantasmă?! M-aș putea îndrăgosti de o persoană vizibilă, dar nu de o idee abstractă!*”

Dragule, de câte ori te-ai îndrăgostit de o persoană, nu-i așa că ideile tale de început ți s-au schimbat ulterior, căci omul era altfel în realitate decât în speranțele tale?! Nu e nimeni vinovat. Oamenii sunt imperfecti. Iar tu te-ai îndrăgostit de un om ideal, de produsul imaginației tale. Sigur, poți continua să-l iubești – dar este alt fel de dragoste, una prietenească, nu fiorul adolescentin de la început, acea proiecție a unei „ideal”. E adevărat, persoana iubită este palpabilă, dar ce se va întâmpla dacă va muri? Va muri și iubirea ta? Sau vei continua să iubești o „fantasmă”?

Iubirea omenească intensă este la fel de „ideală” și „abstractă” precum iubirea de Sine. Însă aceasta din urmă nu va muri niciodată, ba chiar va crește constant. Iubirea de Sine nu este geloasă. Ea te încurajează, suflete, să iubești oamenii, natura, pe Dumnezeu... Cu cât vei răspândi iubirea în jur, Sinele tău va fi mai mulțumit.

Dacă ești într-adevăr un om pragmatic și rațional, trebuie să recunoști avantajele iubirii de Sine. Și lipsa dezavantajelor. Nu pierzi nimic să încerci și tu. Hai, iubește-te! Dovedește-ți inteligența și odihnește-te în prezența Sinelui. Tăcând și zâmbind...

Sinele este o ființă reală, sublimă. O spun toate tradițiile spirituale și înțelepții lumii. Ai mai auzit asta, dar credeai că descrierea se referă la tine, sufletul mărginit. Și te-ai îndoit, pe bună dreptate, căci îți cunoșteai prea bine defectele... A fost o confuzie. Tu nu ești acea ființă – Sinele! Încă nu. Dar El există în tine. Merită atenția ta, admirația și, mai ales, iubirea ta. Fă o încercare și admite-I existența! E foarte simplu.

Sinele nu-i o autosugestie. Însă dacă afirmi că „nu există”, atunci da, încerci o autosugestie - negativă. Mai bine acceptă c-ar putea exista! Nu va ști nimeni ce gândești, nu te vei face de rușine. Te consideri un „liber cugetător”. Foarte bine, atunci nu crede orbește că nu există, ci probează în forul interior. Acolo nu mai e nimeni în fața căruia să-ți etalezi scepticismul. Te rog, nu mă crede, verifică personal...!

Pentru căutătorii spirituali mai avansați

ILUMINARE vs. ELIBERARE

Textele înțelepciunii vorbesc de eliberarea Spiritului de roata reîncarnărilor. Dar e problema Lui... Nu este un țel rezonabil pentru tine, suflete muritor. De unde știi tu că Spiritul tău nu mai vrea să se reîncarneze? Tu poți spera la un alt fel de eliberare – eliberarea de încătușarea ego-ului, ca să trăiești spontaneitatea Spiritului.

Nu privi iluminarea ca pe un trofeu de expus în vitrina supraomului. Ea nu te ridică deasupra celorlalți, ci te umanizează și mai mult, te face mai înțelegător, milostiv, smerit, dar îți dă și puterea de a depăși orice greutate, în numele și spre lauda Sinelui.

Experiența iluminării este o ocazie specială, care trece și nimeni nu știe dacă se va mai întoarce. Importantă este transformarea ulterioară a

vieții de zi cu zi. Ți-ai micșorat ego-ul? Ți-ai eliberat sufletul, ai devenit un receptacol deschis pentru Spirit? Contează eliberarea, nu extazul. Ești în stare să renunți la iluminare în favoarea eliberării?

Eliberarea vine din abandonarea totală în fața voinței, înțelepciunii și iubirii Sinelui. Renunță la ideea fixă că, dacă n-ai trăit un extaz, o experiență ieșită din comun, nici nu ai putea deveni una cu Sinele supraconștient! Poți manifesta Sinele și fără extaz. Prin smerenie sinceră în fața Sa, prin devoțiune tot mai adâncă...

Dacă nu te poți deschide astfel, experiența extazului te-ar putea face să te simți în restul timpului frustrat, nostalgic, să fugi de realitatea ordinară, să ajungi în stare de sevraj mistic. Riscul dispare numai dacă îți înțelegi menirea și limitele sufletului și te împaci cu tine însuși, abandonându-te voinței supreme.

Cel mai simplu este să vrei eliberarea, ea stă în puterea ta de a te unifica cu Spiritul. Șansa iluminării ar putea veni și ea sau nu, însă nu depinde de tine. Schimbă-ți prioritățile: caută eliberarea, nu iluminarea! Eliberarea este o stare de libertate lăuntrică, bucurie, lipsă de teamă, iubire pentru tot ce există – sunt efectele totalei deschideri și transparențe la influența Spiritului. Acestea sunt aduse de iubirea de Sine.

Noțiuni despre iluminarea spirituală

CUM DEFINIM ILUMINAREA SPIRITUALĂ?

Poți privi sufletul ca fiind copilul Spiritului. Când copilul cere insistent adevărul și este pregătit să-l afle, părintele i-l spune. Așa este cu iluminarea.

Este imposibil să descrii principiile televiziunii unui aborigen primitiv. Tot așa, nu prea avem noțiuni care să descrie o experiență supramentală, transpersonală, mistică. Totuși, putem să o definim prin termenii deja introduși teoretic.

Nucleul divin mai este numit de diverși învățați astfel: Inima, sau Spațiul, sau Vidul, sau Prezența, sau Nemanifestarea, sau Sat-Chit-Ananda. El are o natură non-duală, adică se identifică simultan cu tot ce este creat, dar și cu Dumnezeu.

Conștiința umană este lipită de minte prin funcționare, dar originează din stratul cel mai înalt al perispiritului, cel mai aproape de Nucleul divin. Deci conștiința umană poate baleia de la nivelul mental dual (unde există relația eu-lume) la nivelul non-dual, al Divinității (doar în cazul iluminării spirituale).

Despre Nucleul divin al Spiritului nu putem afirma nimic altceva decât că are natura lui Dumnezeu, fiind un fragment holografic din El. Primul strat central al perispiritului (conștiința Spiritului asupra universului creat) definește identitatea unică a Spiritului printre celelalte spirite - sentimentul subtil de „Eu” (sanscr., *Aham*) -, care apoi se

perpetuează și asupra sufletului, într-o formă mai vulgară și dureroasă, numită „ego”. Sentimentul că Eu este diferit de restul obiectelor și fenomenelor creează dualitatea. Întorcându-ne în Nucleul divin, acest sentiment dispare, lăsând locul unei stări numite în diverse moduri: „Eu sunt”, sau „Unu fără secund”, sau „Eu sunt El”. Aceasta este iluminarea spirituală.

Iluminarea este o Grație a Spiritului, când își lasă sufletul să guste puțin din starea Sa nativă beatifică. Sinele este Maestrul, iar sufletul, ucenicul. Dacă iluminarea ar destabiliza în vreun fel sufletul (ceea ce este chiar de așteptat), Spiritul va amâna să i-o ofere. Datoria sufletului este să funcționeze eficient, ca intermediar al intereselor superioare ale Spiritului: să fie sensibil la realitate, dar și la intențiile Spiritului, să acționeze asupra mediului, dar să și transmită corect datele realității către Spirit.

Viața trebuie trăită așa cum este ea. Avem nevoie de oameni echilibrați și realiști, dar în același timp bine ancorați spiritual și intuitivi. Oamenii sunt curioși să trăiască stări paranormale, ieșite din comun, senzații tari psihice. Există variate stări de extaz, mai mult sau mai puțin folositoare sufletului neștiutor și curios. Dintre toate, numai una poate fi numită starea supremă de iluminare, de beatitudine spirituală. Dar puțini au parte de ea... Doar Dumnezeu știe care om merită acest cadou suprem.

EXPANSIUNEA ILUMINĂRII

Misticul indian Sri Aurobindo a îmbogățit spiritualitatea omenească cu un concept revoluționar și adevărat: iluminarea nu este finalul căutării spirituale, după care nu mai ar fi nimic de făcut. Dimpotrivă, cu cât te înalți mai mult către supraconștient, cu atât poți și trebuie să cobori în adâncurile inconștientului, ca să purifici sedimentele psihice depuse timp de milioane de ani de evoluție inconștientă. Este o „yoga integrală” pe care doar iluminării și-o pot asuma. El însuși a obținut iluminarea în 3 zile, dar și-a petrecut restul lungii sale vieții iluminând tenebrele inconștientului personal, dar și a celui colectiv.

În Occident, psihiatrul John Welwood, pionier al psihologiei transpersonale și practicant al meditației budiste, a lansat o „psihologie integrală”, care abordează simultan cele 3 domenii distincte:

1 - Accederea la dimensiunea suprapersonală, prin meditație contemplativă.

2 - Pe măsură ce conștiința se dilată dincolo de granițele personale, acest fapt scoate deseori la suprafață tipare nocive emoționale și mentale subconștiente vechi, care se manifestă adesea cu o forță impetuoasă. Este esențial să le demolezi, prin autocunoaștere și sinceritate. Nerezolvarea problemelor psihologice provoacă distorsiuni în dezvoltarea spirituală, cum se pot vedea, din păcate, chiar și la unii lideri de comunități religioase sau maestri spirituali.

3 - Practica spirituală induce deseori o anumită detașare de relațiile *interpersonale* (fie izolare, fie indiferență, fie complexe de superioritate etc.). Pentru că relațiile noastre cu ceilalți constituie testul suprem al dezvoltării spirituale, trebuie să devenim conștienți de ele, optimizându-le cu înțelepciune.

În concluzie, perfecționarea ființei umane, pe toate etajele sale, nu are sfârșit. Călătoria spirituală este mai importantă decât ținta ei.

Contraindicații

Persoanele care aud voci în creier le-ar putea confunda cu glasul Spiritului. În general, Spiritul propriu vorbește prin tăcere, intuitiv și îți oferă totodată o stare lăuntrică de bine, siguranță, căldură afectivă. Astfel de persoane au nevoie de mai multă inteligență discriminativă și autocontrol, ca să nu cadă pradă batjocurii unor entități astrale inferioare. Abia atunci telepatia lor s-ar preschimba dintr-o pacoste, cum e acum, în ocazia rară a dialogului cu Sinele Superior.

Încheiere

Metoda prezentată mai sus integrează cele mai înalte învățături *jnana-yoga* cu cele *spiritiste* occidentale, sub cupola *bhakti-yoga*. Este o sinteză spirituală pe înțelesul tuturor și mai ales foarte eficace. Te scutește de nelămuriri și pierdere de vreme. Profită de ea! Așează-te liniștit, închide ochii și trimite iubire Sinelui tău. Fă asta timp de 5 minute în fiecare zi! Și oricând dorești - cu cât mai des, cu atât mai bine pentru tine...

9 septembrie 2010

LARVELE ȘI FANTASMELE

Citate din cartea „*Inițiere în hermetism*” de Franz Bardon, comentate de Răzvan Petre

Cartea „*Inițiere în hermetism*” de Franz Bardon este un îndrumar practic pentru a deveni un magician, ocultist, esoterist, inițiat, supraom. Intenția este una, dar drumul până la realizare este lung și dificil. Totuși, foarte interesant și util pentru oricine este capitolul dedicat puterii minții de a crea formațiuni mentale, sau forme-gând.

Gândurile noastre nu sunt ceva abstract, ci obiecte reale într-un spațiu propriu lor. Am putea spune chiar că, pentru spirite, aceste obiecte sunt singurele obiecte care semnalizează prezența oamenilor. De acestea trebuie spiritele să se ferească, ca de niște proiectile aruncate din capetele noastre înfierbântate. În schimb, trupurile fizice nu sunt vizibile dacă spiritul nu își focalizează privirea în mod special. De aceea, avem o responsabilitate reală în privința a ceea ce gândim.

Gândurile noastre, mai ales cele înzestrate cu putere emoțională, făuresc o realitate paralelă pe care o ducem cu noi, în aură, și o manifestăm în jurul nostru. Această a doua fire (i se mai spune și „obișnuință”) ne influențează mai mult decât credem și deseori suntem sclavii obiceiurilor noastre mentale (numite fixații, prejudecăți, obsesii, superstiții, sloganuri, îndoctrinări, manii, vicii etc.). Vestea bună este că, dacă le conștientizăm, avem posibilitatea să le controlăm, să le eliminăm, să le înlocuim cu gânduri bune, folositoare.

LARVELE

« Larvele sunt create de gânduri senzoriale intense, prin matrița astrală. Acestea nu sunt ființe adevărate (*dotate cu conștiință, în lumea astrală – n.n.*), ci învigorează emoțiile și pasiunile din lumea planului astral inferior. Instinctul lor de auto-conservare le îndeamnă să stea în apropierea acelor oameni care au pasiuni identice, unde vor încerca, direct sau indirect, să provoace acele patimi în om. Aceste ființe se hrănesc cu emanațiile pasiunilor pe care le-au declanșat. Un om copleșit de dorințe va atrage în jurul său o grămadă de astfel de ființe din sfera astralului inferior.

Larvele se nasc de la sine, din cauza unor trăiri psihice intense, indiferent de felul acestora. Cu cât trăirea/excitația este mai intensă, cu atât se pierde mai multă substanță mentală și cu atât mai puternică, densă și viabilă devine o astfel de larvă, mai ales în cazul unei repetări regulate a acelei trăiri intense. Aceste formări involuntare de larve în sfera mentală apar la orice om, indiferent dacă el știe sau nu știe de existența lor.

Dacă excitația psihică se stinge, prin neacordarea de atenție cauzei iritante/neplăcute, o astfel de larvă trece de la sine, se dizolvă și dispare. Ca urmare, există în sfera mentală o permanentă naștere și moarte a larvelor produse de excitațiile psihice, aceasta, bineînțeles, în dauna substanței mentale a omului. Motivele pot fi diverse: frică, griji, necazuri, ură, tristețe, invidie etc. Forma pe care o ia o larvă depinde de cauza iritației și este simbolică. Cel care se pricepe puțin la

simbolistică va înțelege că, de exemplu, un gând erotic ia forma unei inimi, unul de ură ia forma unei săgeți sau fulger etc.

Deși larvele, acești locuitori mentali nedoriți, nu pot fi văzuți de un om neantrenat, ele totuși există, iar un clarvăzător avansat le percepe cu ochiul minții. La persoanele sensibile sau ușor iritabile, substanța mentală se desprinde mai ușor și nașterea larvelor e mai rapidă și mai intensă. Astfel de persoane își dăunează singure în planul sănătății, în special la nervi și intelect, atrăgând și alte persoane ușor influențabile în aceeași suferință. Diversele feluri de psihoze în masă aici își au originea.

Este de înțeles că larva devine tot mai puternică cu cât te întorci la motivul iritației psihice și îi acorzi mai multă atenție. Dacă o larvă este densă, capătă tendința de autocondensare și se străduiește să-și prelungească viața pe cât se poate. Ea va scormoni cu orice ocazie mintea omului respectiv, spre a-i atrage atenția asupra cauzei iritației, pentru a o reînsufleți. O astfel de larvă bine hrănită poate deveni fatală unei persoane sensibile și emotive și numeroase tulburări psihice sunt rezultatul lor. Mulți oameni trăiesc cu presupunerea eronată că sunt vânați sau distruși prin magia neagră, în timp ce, de fapt, sunt victimele propriei fantezii, sau mai corect spus, victime ale larvei pe care și-au creat-o singuri. De obicei, astfel de oameni își dau seama de greșală abia atunci când și-au părăsit trupul fizic (*prin moarte – n.n.*). Doar foarte puține persoane sunt „vânate” prin magie.

Ucenicul într-ale ocultismului va înțelege acum de ce se pune așa mare preț pe importanța introspecției, controlul și stăpânirea gândurilor. Dacă ezoteristul nu-și poate stăpâni mintea prin voință, pe parcursul dezvoltării sale și-ar putea crea inconștient larve puternice, care mai devreme sau mai târziu i-ar putea fi fatale. »

COMENTARIU:

Să luăm aminte la excesele de zel ale Inchiziției, ale cărei numeroase victime nu ar fi fost posibile dacă nu ar fi existat o psihoză în masă legată de vrăjitoare. O larvă foarte puternică îi bântuia pe aproape toți oamenii din Evul Mediu, făcând parte din subconștientul colectiv. Frica de demoni și de slujitorii lor era omniprezentă și atotputernică, cu greu i te puteai sustrage. Chiar iconografia religioasă, întipărită în mintea credincioșilor, sugera, stimula imaginația și fantasmele despre demoni ca având coarne, coadă, solzi etc. În acel climat psihosocial de teamă, nu ne mai mirăm că ficțiunile erau mai crezute decât realitatea! După cum spune și Franz Bardon, «*este un mare avantaj faptul că acele timpuri au apus, iar oamenii nu mai sunt arși pe rug de vii doar pentru faptul că au un crez „greșit”*».

Dar să nu ne amăgim, progresul e doar aparent! Astăzi, românii sunt bântuiți de obsesia vrăjilor, doar că în sens „respectuos”. În București, capitala „luminată” a țării, jumătate din populație merge la vrăjitoare ca să le facă de rău inamicilor, iar cealaltă jumătate, care nu merge, se teme de vrăjile care, chipurile, li s-ar fi făcut. Superstiția e prezentă la toate nivelurile sociale, teama nu alege. Și așa au ajuns românii sclavii fricii de vrăjitorie, după ce cu greu au scăpat de dictatura ateistă...

FANTASMELE

« Deosebirea dintre o larvă și o fantasmă este aceea că o larvă adoptă, în urma unei iritații psihice repetate într-un mod inconștient, o formă corespunzătoare motivului acelei unice sau repetate emoții, în timp ce fantasma capătă o formă în

funcție de fantezia omului. Exact ca și larva, fantasma este întărită, condensată și viabilă prin repetarea, evocarea unei imagini, indiferent despre ce e vorba. Ea poate deveni așa de puternică, încât influența ei nu se exercită doar în planul mental/astral, ci și în planul material. Pe baza a două exemple voi descrie această temă mai îndeaproape.

Un exemplu remarcabil este așa-numita manie de persecuție.

Unii oameni au fost născuți cu o privire sumbră sau trăsături dizarmonioase ale feței, având ca atare aspectul popular al unui „vrăjitor negru”, fără să aibă, de fapt, nici cea mai mică cunoștință despre magie. Este suficient ca o persoană influențabilă să ajungă în contact cu un astfel de tip de om, ca ea să simtă o puternică antipatie față de acesta. Dacă tipul mai are și o comportare deosebită, persoana sensibilă se va gândi imediat că are de-a face cu un „magician negru”, făcând astfel primii pași în autosugestie. Mai devreme sau mai târziu, va păți mici necazuri, neplăceri din cauze diverse, pe care persoana sensibilă le va pune pe seama omului antipatic. Încet, încet, imaginea lui îi apare în somn, eventual și peste zi, și persoana se simte urmărită pas cu pas. Persoana sensibilă caută ajutor, se roagă, întreprinde tot posibilul să scape de sub influența rea, poate suferi un șoc nervos, ori se poate îmbolnăvi psihic, sfârșind într-o clinică de boli mintale sau sinucigându-se. În acest ultim caz, fantasma și-a îndeplinit „misiunea”. Cât de mare este însă spaima când spiritul acelui om se convinge în sfera mentală (*după moarte – n.n.*) că și-a făcut o foarte reușită sinucidere magică! Ce tragică și amară revelație!

Bineînțeles că presupusul om „rău” nu are nici o idee despre cele petrecute, el fiind, de fapt, doar un pretext în realizarea scopului. Fața lui, așa zisele trăsături tipic diavolești, comportarea sa ciudată nu au fost decât modelul, șablonul după care persoana sensibilă și-a creat singură o ființă distrugătoare, o fantasmă căreia i-a căzut victimă în final. Astfel de cazuri se întâmplă mai des decât ne imaginăm, la unele persoane mai repede, la altele mai încet. Dacă unei astfel de persoane i se spune purul adevăr, desigur că nu-l va crede, deoarece fantasma se străduiește în modurile cele mai rafinate să nu-și piardă victima.

Acum urmează al doilea exemplu, cu același procedeu, dar cu un alt motiv. E vorba aici de o fantasmă de tip erotic.

Aceasta ia naștere de la un portret, un corp frumos al unei persoane vii, chiar și o fotografie, un act, un desen pornografic sau orice altceva ce poate stimula poftele carnale și instinctul sexual, fie că e vorba de o ființă feminină sau masculină (*poate fi un coleg, o cunoștință, o vedetă celebră etc. – n.n.*). Dacă persoana îndrăgostită nu are posibilitatea să-și satisfacă dorința personală, necesitatea devine tot mai mare, mai intensă și cu atât mai puternică devine fantasma care se hrănește cu aceste dorințe. La început, ea apare victimei în vis și îi oferă cele mai frumoase trăiri de dragoste. Mai târziu, stimulează dorința sexuală și o lasă să îndeplinească cu ea actul sexual în vis. Cu timpul, victima își pierde voința și fantasma îl domină. (*Sunt cunoscute cazurile când o celebritate este asaltată, urmărită de câte un „fan” înrăit, obsedat de imaginea ei – n.n.*) Dacă o astfel de persoană nu are norocul de a întâlni o schimbare în această privință sau nu i se explică ce se întâmplă, atunci fantasma poate avea efecte și mai dezastruoase. Omul devine confuz, își pierde pofta de mâncare, nervii sunt iritați etc. Fantasma erotică poate adopta, din cauza pornirilor instinctuale nesatisfăcute, diverse forme corporale, îndemnând victima la căi de stimulare artificială a organelor genitale. Multe victime au sfârșit chiar prin sinucidere din cauza dezamăgirilor în dragoste sau pasiunilor nesatisfăcute. În Evul Mediu (*ca și în Kabala evreiască, Arabia preislamică – n.n.*) se vorbea mult de astfel de cazuri de vrăjitorie, implicând așa-numiții „sucubi” și „incubi”. Astfel de plăceri sunt, într-adevăr, periculoase! »

COMENTARIU:

Cunoaștem cazuri reale când, din nefericire, o persoană frustrată erotic „face un fix” în privința unui individ de sex opus, crezând că acesta îi face avansuri sub forme ascunse, complice. De obicei, persoana nu are curajul să aibă o discuție sinceră cu celălalt, fiindcă se teme instinctiv de adevăr. Celălalt individ habar nu are de acele scenarii erotice fantasmagorice.

În ziua de azi, pornografia și exhibiționismul sexual sunt nelipsite din peisajul mass-media, ba chiar înzestrate cu „virtuți” închipuite. Ceea ce ieri ținea de bun-simț și decență, astăzi este hulit drept prejudecată și înapoiere culturală. În realitate, pornografia generează larve sexuale foarte puternice și care, mai grav, se răspândesc ca o epidemie. Imaginile explicite transformă sexualitatea în obsesie. Un om normal nu are nevoie de acest gen de stimulări artificiale, ci își poate trăi plăcerile sexuale normale în intimitatea cuplului, ca și strămoșii noștri. Imaginile de sex virtual afectează psihicul, provocând o furtună absolut inutilă organismului și dăunând preocupărilor obișnuite ale omului. Sexul este plăcerea supremă în lumea animală, dar oamenii Dumnezeu le-a dat și alte bucurii superioare, pe care suntem datori și fericiți să le cultivăm.

CONCLUZIE:

Puterea minții de a crea formațiuni mentale-energetice poate fi folosită și în scop pozitiv, benefic, în mod conștient. De exemplu, autosugestia pozitivă, repetată mereu, creează forme-gând care se întăresc cu fiecare repetare și încep să își manifeste forța de influență asupra creatorului și beneficiarului lor. Omul își poate concepe un scenariu favorabil despre viitorul său, pe care să îl hrănească zilnic cu noi detalii imaginate, astfel că această formațiune mentală îl va ajuta să își pună în aplicare planul optimist. De exemplu, scriitorul Pavel Coruț și-a stabilit ferm în minte că el va depăși vârsta de 100 de ani, și afirmă că acest gând îl ajută să se mențină „verde”.

În vizualizările imaginative prescrise în unele tipuri de meditații, adeptul este îndemnat să își închipuie că se află într-un mediu plăcut (de exemplu, pe o plajă tropicală, sau într-o piramidă de cristal violetă etc.), unde se relaxează și își alungă gândurile obsesive și distructive. Cu fiecare repetare a imaginii respective, ea devine mai clară, mai vie, mai ușor de adus în memorie, iar efectul psihic este mai rapid și mai pregnant. Nu contează că imaginea este virtuală, căci în plan mental-energetic ea devine un obiect real, de sine stătător dacă este hrănit periodic cu energie mentală.

Desigur, omul trebuie să rămână lucid și să nu confunde realitatea cu proiecțiile sale. Făurirea unei realități în plan mental este un procedeu, o etapă, dar nu întotdeauna se reușește materializarea dorințelor și în planul fizic. Unii oameni au o putere mentală mai mare, alții mai mică, deci și influența gândirii asupra realității concrete diferă de la om la om, dar și în funcție de obiectivul propus. Trebuie să urmărim a ne păstra echilibrul psihic, prin adaptarea dorințelor la posibilități.

16 iunie 2011

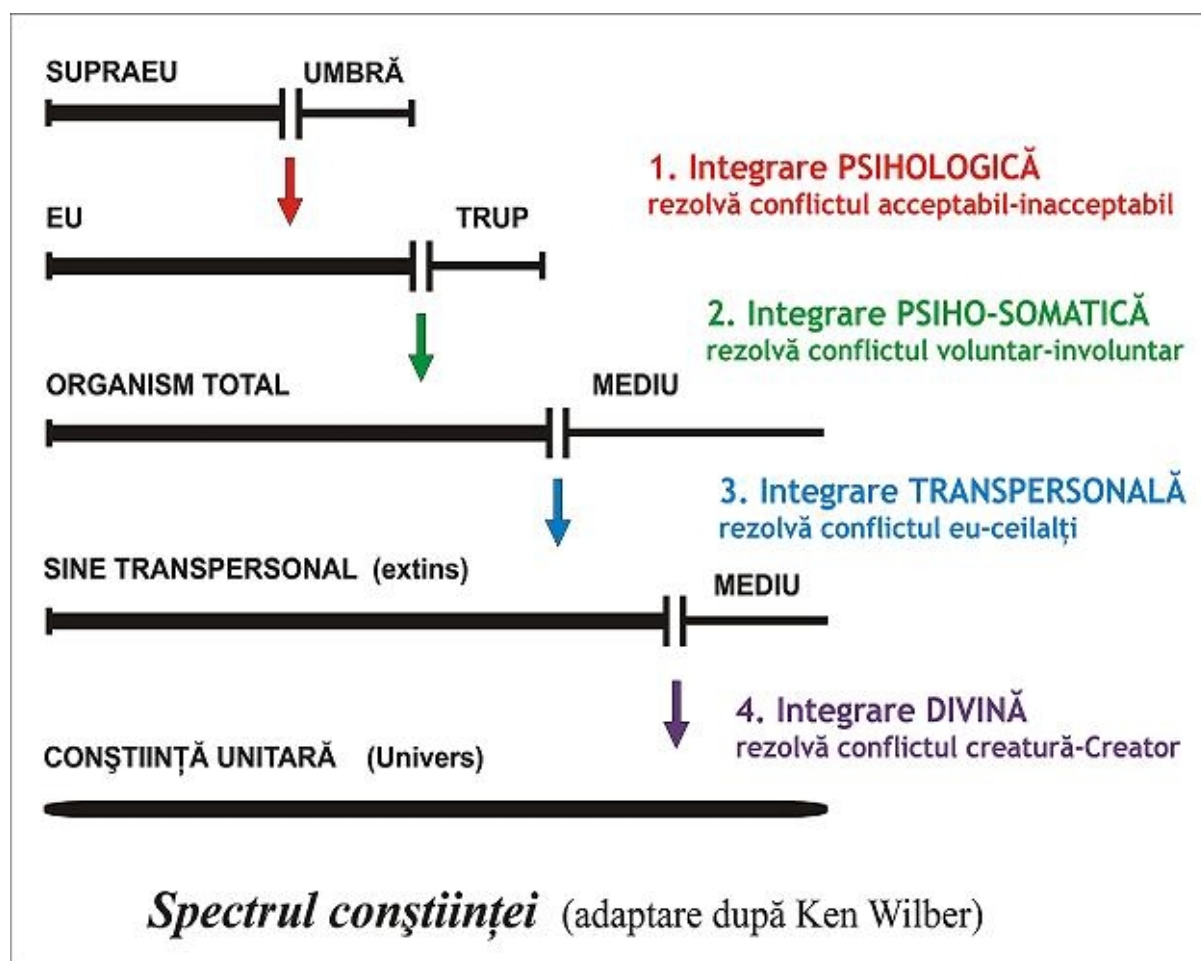
CONȘTIINȚA TRANSPERSONALĂ

SPECTRUL CONȘTIINȚEI

După filosoful Ken Wilber, conștiința umană poate fi abordată de pe mai multe niveluri de analiză. Fiecare nivel se diferențiază prin modul în care trasează limita între ceea ce considerăm a fi SINELE nostru și exteriorul, NON-SINELE. Granițele sunt trasate în mod subiectiv. Prin urmare, conștiința ar fi acel fragment al realității cu care ne identificăm la un moment dat. Mesajul spiritual pe care ni-l transmite acest model este că Nu există limite pentru cuprinderea conștiinței!...

Autorul menționează 5 niveluri de identificare posibile. Nivelele primare au anumite inconveniente, dar și soluții de depășire a acestora, prin accederea la următorul nivel (în ordinea progresului). Sunt implicate metode terapeutice psihologice sau spirituale destinate lărgirii câmpului conștiinței, prin unificarea contrariilor (integrare).

Iată schema acestor niveluri ale conștiinței și modalitățile de extindere a ei.



Observații asupra schemei:

- Granița dintre SINE și NON-SINE este evidențiată în desen ca o falie, o ruptură.
- SINELE este reprezentat cu o linie mai groasă decât NON-SINELE.
- Supraeu + Umbră = Eu
- Eu + Trup = Organism total

Explicații ale modelului:

1. Separarea SUPRAEU – UMBRĂ și modalități de unificare a lor

Definiții: **Supraeu** = imaginea de sine ce conține doar calitățile considerate de individul respectiv drept acceptabile. **Umbra** = tendințe psihice repudiate, nerecunoscute de individ, fiindcă sunt considerate negative, malefice, indezirabile, dar care îi aparțin în totalitate.

Inconvenientul separării: Un mare consum de energie psihică cu „mecanisme de apărare” a imaginii de sine împotriva umbrei.

Unificarea, integrarea: Trebuie să știm că părțile întunecate nu lipsesc nimănui, venind după milenii de evoluție biologică, multiple întrupări și evenimente ale vieții actuale. Acceptându-ne umbra, căpătăm o imagine de sine corectă, ne ferim de suferințe psihice inutile, devenim mai liberi lăuntric, căpătăm o viziune mai clară asupra realității exterioare.

Metode de integrare: analiza tranzacțională, psihanaliza, catharsisul artistic (basmе, filme), terapie cognitivă, psihodramă etc.

Autocunoașterea prin introspecție stă în puterea fiecăruia, oferindu-ne fericire și luciditate. Fă-o cu sinceritate, căci nu e nimeni să te certe sau să te ridiculizeze, ești singur, scotocind prin mintea ta!

Metodele de mai sus ne ajută să dobândim ceea ce se numește în limbaj psihologic „un ego sănătos”. În unele crize psihotice este posibilă manifestarea neîngrădită a umbrei prin anihilarea supraeului, ceea ce ține, evident, ori de patologie, ori de satanism.

2. Separarea EU – TRUP și modalități de unificare a lor

Definiții: **Eu** = aspectele psihologice ale ființei umane. **Trup** = aspectele fizice (somatice).

Inconvenientul separării: Trupul e considerat sediul „păcatului” și al suferinței, fiind disprețuit ca atare. Emoțiile negative pot provoca tensiuni musculare și blocaje energetice, care, cronicizându-se, provoacă boli psiho-somatice.

Unificarea, integrarea: Ne recăpătăm bucuria de „a trăi” în corp, nu doar în cap. Trupul nu mai este considerat o sursă de probleme (boala, moartea, impulsuri inacceptabile social), ci o gigantică înțelepciune, o operă de artă a naturii și o sursă de plăcere vitală. Bunăstarea mentală și fizică există deja în organismul total dacă nu o perturbăm prin imixtiunea mândră și stângace a Eu-lui.

Metode de integrare: terapia Gestalt, hatha-yoga, psihoterapia umanistă, analiză existențială, metoda Lowen (analiza bioenergetică) etc. În terapiile de acest tip se caută suspendarea „vorbăriei mentale” și concentrarea atenției pe simțuri.

Conștientizând că activitățile corporale involuntare sunt o parte integrantă din tine, te vei simți confortabil în prezența proceselor spontane și nu vei mai avea obsesia de a controla tot ce se întâmplă cu tine și cu lumea din jur, căpătând un simț al libertății mai extins.

3. Separarea ORGANISM TOTAL – MEDIU și modalități de unificare a lor

Inconvenientul separării: Ciocnirea dintre personalitatea mea și a celorlalți semenii, conflictele de interese, amenințările și grijile pentru subzistență într-un mediu aparent ostil.

Unificarea, integrarea: Una din metodele psihologice dovedite a fi eficiente de-a lungul timpului este aceea de a mă pune în starea de martor detașat, care urmărește obiectiv - fără a le judeca - grijile, preocupările mele, stările, gândurile, sentimentele. Nu mă identific cu mintea sau trupul, ci le cuprind într-un „eu” mai larg, care se întinde dincolo de persoana proprie (denumit și Sinele trans-personal).

Metode de integrare: psihologia transpersonală, psihologia analitică a lui Jung, altruismul, raja-yoga, tehnicile lui Maslow, Assagioli, comuniunea cu îngerii și sfinții etc.

Mecanismul subtil psihologic este cel de dez-identificare cu persoana proprie, dizolvarea ego-ului. În acest sens, un proverb al filosofiei perene (asociind dez-identificarea cu „moartea” ego-ului) spune că «Cine „moare” înainte de a muri nu mai „moare” după ce moare».

4. Separarea SINE TRANSPERSONAL – MEDIU și modalități de unificare a lor

Extinderea tot mai largă a Sinelui transpersonal poate duce, eventual, la o stare de conștiință fără limite, cât întreg Universul, în care nu mai există nicio graniță între SINE și NON-SINE. Acum dispăre orice urmă a ego-ului, oricât de subtilă. Este urmarea Grației Divine, fără nicio îndoială - starea dumnezeiască, idealul suprem al tuturor misticilor, cea mai mare fericire posibilă, care anulează alte dorințe mai mici, limitate, omenești...

Metode de integrare: hinduism vedantic (jnana-yoga), budism Mahayana și Vajrayana, taoism, esoterism creștin, islamic, iudaic etc.

Notă: Unele metode acționează simultan pe două sau chiar trei nivele de integrare.

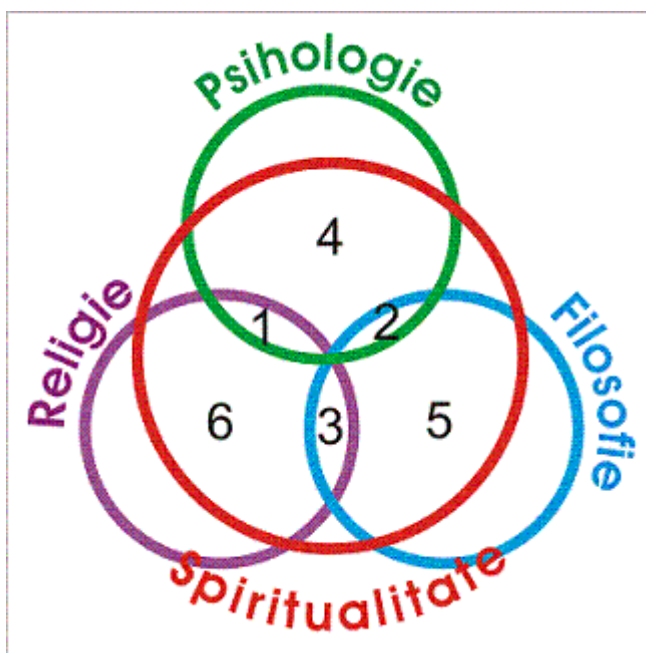
Integrarea transpersonală (3) și cea divină (4) sunt ceva mai speciale și nu oricine le experimentează. Pentru a le putea aprofunda teoretic și, de ce nu, chiar experiențial, am scris **suplimentele** de lectură de la finalul acestui eseu.

Meritul modelului filosofic al lui Ken Wilber este că aduce stările de conștiință modificate, mistice, în planul normalității. Totodată, consacră psihologia transpersonală ca a patra forță în istoria psihologiei (celelalte anterioare fiind psihanaliza, behaviorismul și psihologia umanistă). În subsidiar, relevă faptul că există o continuitate și, pe alocuri, chiar identitate între psihologie și spiritualitate.

Cu alte cuvinte, cei care caută spiritualitatea nu pot ocoli psihologia și, în special, autocunoașterea, autocontrolul, autoeducația.

SUPRAPUNERI ÎNTRE SPIRITUALITATE ȘI PSIHOLOGIE

Pentru a fi mai exacti, ar trebui să recunoaștem că nu numai între spiritualitate și psihologie sunt multe asemănări și suprapuneri, ci de asemenea între spiritualitate și religie, spiritualitate și filosofie. Am reprezentat grafic cele 4 domenii amintite, care se suprapun parțial, după cum urmează:



Domeniile numerotate definesc următoarele contopiri:

1 – Religia și Psihologia. Exemple: abilitățile psihologice ale duhovnicului sau modalitățile rituale de impresionare a audienței.

2 – Psihologia și Filosofia. Demersul științific al psihologilor ajunge destul de repede la o limită peste care numai un cuget liber și cutezător poate găsi noi elemente utile. Toate teoriile psihologice sunt de fapt modele filosofice, ele neputând fi demonstrate riguros științific.

3 – Filosofia și Religia. Teoriile religioase, teologiile sunt de fapt filosofii inspirate de învățății Cerului și adaptate, mai mult sau mai puțin corect, la înțelegerea pământenilor.

Spiritualitatea pură conține elemente comune cu Religia, Psihologia și Filosofia, neidentificându-se totuși exclusiv cu niciuna dintre ele și păstrând unele aspecte diferite de acestea.

4 – Spiritualitatea și Psihologia. Autocunoașterea, autocontrolul, autoeducația reprezintă etape psihologice obligatorii pe drumul spiritualității autentice. Evoluția spirituală presupune confruntarea cu abisul psihicului propriu și eliminarea aspectelor negative, prezente în orice ființă.

5 – Spiritualitatea și Filosofia. Individul aflat pe calea evoluției spirituale își caută o anumită filosofie de viață care să-i ordoneze faptele și gândurile. Filosofia spirituală a oricărui om poate proveni din mai multe surse, creând un melanj original și strict personal.

6 – Spiritualitatea și Religia. Omul spiritual are nevoie de modele, de oameni dedicați căutării, realizării și manifestării Spiritului, care pot fi găsiți ușor în diverse religii. Comunicarea cu spiritele superioare nu poate lipsi din nicio practică religioasă serioasă, iar spiritualitatea este definită, în principal, drept comunicarea și comuniunea cu spiritul propriu.

Supliment la Integrarea transpersonală

MOMENTUL PREZENT

Trecutul ne împinge din spate cu o forță aproape solidă. Viitorul ne lovește din față ca un vânt puternic. Iar prezentul pare a fi o biată clipă strivită între nicovala trecutului și ciocanul pneumatic al viitorului. Însă, dacă privim mai atenți realitatea temporală, lucrurile stau altfel.

Trecutul are consistență numai datorită memoriei (a noastră, a celorlalți, a lucrurilor). Amintirea este un proces ACTUAL, este o refacere a trecutului în prezent. Viitorul, de asemenea, este pre-figurat tot în prezent, trăindu-l ACUM ca și cum ar fi real. Prin urmare, presiunea pusă de trecut și viitor asupra clipei prezente este doar imaginată. Prezentul nu este strivit de nimic, clipa lui ACUM nu este minusculă, instabilă, nici devorată de viitorul nesătul, nici topită în imensitatea trecutului. Prezentul este absolut liber, expansionat în nemărginire. Aceasta este o înțelegere fundamentală, care ne poate aduce fericirea necondiționată...

Desigur că, în planul materiei, forța timpului e copleșitoare. El o transformă clipă de clipă. De fapt, putem spune că înseși transformările materiei definesc timpul. Materia și timpul sunt deci indisolubil legate. Dar asta nu mai e valabil în planul Conștiinței. Ea nu se schimbă, e mereu aceeași, asupra sa timpul nu are putere. Prezentul conștientizat nu e presat de nimic, este stabil și autonom. Conștiința este indisolubil legată de eternitate, fiindcă nu depinde de timp. Singura însușire pe care i-o putem găsi Conștiinței este aceea că „e prezentă” și atât. Ne păstrăm aceeași identitate-martor din copilărie până la bătrânețe. Ea nu

evoluează precum mintea, nici nu are memorie. Mintea și memoria sunt aspecte ale materiei și depind de timp.

Se va spune imediat: „*Dar conștiința dispăre la moarte, deci nu poate fi veșnică!*” Acesta este un raționament al minții. Ea, mintea, va dispăre la moarte, dar nu și Conștiința. A fost dovedit științific acest lucru, prin milioane de experiențe în preajma morții, ca și alte argumente. Și întărit prin autoritatea mărturiilor înțelepților din toate timpurile. Conștiința nu moare!

Pe de altă parte, este adevărat că, în timpul vieții, Conștiința are întreruperi zilnice, pe durata somnului, sau ea poate fi obnubilată în crizele psihotice sau alte evenimente cu totul speciale. Dar acest lucru nu demonstrează că mintea *ar genera* Conștiința, ci doar că mintea are o *influență* imensă asupra Conștiinței, atât de mare încât a molipsit-o până și cu teama ei de timp. La moarte însă mintea dispăre, hipnoza dispăre, iar Conștiința se simte mai trează, mai vie, mai extinsă și fără întreruperi.

Uneori, oamenii au prilejul să constate pe propria piele faptul că trecutul și viitorul sunt doar concepte, nu realități. De exemplu, cineva poate suferi un accident în care să își piardă memoria... Altcineva poate primi sentința că mai are doar câteva zile sau ore de trăit... Un astfel de eveniment ne extirpă brutal organul temporal. Tocmai pentru a evita cu înțelepciune astfel de șocuri, ne putem crea preventiv prilejuri de reflecție asupra naturii pur mentale, nu reale a timpului. În clipele de răgaz, e bine să ne gândim că nimic nu apasă prezentul, el nu e îngrădit de nimic, este veșnic. Prezentul e stabil, liber, nemărginit...

99,99% din timpul zilei ni-l petrecem la nivelul minții și timpului. Dar putem alege ca, din când în când, scurte perioade, să ne repliem în Conștiința imaterială, care ne dă identitatea de „eu”. Renunțăm la constrângerile materiei și ne bucurăm de imensitatea Prezentului. La început, putem să ne refugiem în această oază de liniște de câteva ori pe zi. Exersând contemplarea în fiecare zi, vom crește acest număr până când, într-o bună zi, vom ajunge să alternăm continuu, în starea de veghe, între conștiința mentală și cea imaterială.

Așa fac marii realizați spirituali, iluminații, sfinții. Nu își pierd luciditatea și capacitatea mentală, ci, după fiecare gând, se refugiază câteva milisecunde în eternitate, apoi revin la gândire. (La fel, mușchiul cardiac se relaxează între două bătăi, și face asta zeci de ani, fără întreruperi.) E suficient pentru a se întări, a se feri, a-și spori iubirea. Oricine poate face ca ei. Și tu! Meditează la faptul că „Prezentul e stabil, liber, nemărginit”...!

Pentru minte: trecutul este cauza, viitorul este țelul,
prezentul nu contează.

Pentru Conștiință: Prezentul este totul, cauză și scop, iar
timpul nu există.

Conștiința ar fi cel mai bine descrisă și accesată prin tipul de meditație numită în budismul tibetan „*Prezență deschisă*”. Ea se referă la

o stare de veghe liberă de orice gânduri, în care mintea «este deschisă, amplă și conștientă, lipsită de orice activitate mentală intențională. Deși nu se concentrează asupra a ceva anume, mintea este totuși pe deplin activă - nu într-o manieră concentrată, ci doar foarte deschisă și nepreocupată de nimic. Pot apărea în minte gânduri vagi, însă ele nu se înlănțuiesc în secvențe mai lungi, ci dispar tot așa cum au apărut.» (descriere din capitolul „Un călugăr lamaist în laborator” din cartea „Emoțiile distructive. Dialog științific cu Dalai Lama consemnat de Daniel Goleman”)

Când vorbim de această Conștiință, înțelegem Sinele profund, transpersonal. Este un Sine care nu se mai identifică exclusiv cu eul individual și, în consecință, nu mai este strivit de probleme și drame pur personale. Indiferent de problemele cu care se confruntă, Sinele profund rămâne neafectat, liber, neatins. Iată cum îl descrie Ken Wilber - filosof al conștiinței - în cartea „Fără granițe”, pag. 206-216:

«Sinele transcendent este un centru vast al conștiinței, detașat de minte, trup, emoții, gânduri și sentimente. Descoperirea acestui nucleu imuabil – al acestui martor tăcut – seamănă cu părăsirea valurilor zbuciumate de la suprafața oceanului frământat de furtună și cufundarea în adâncul calm, sigur și primitor.

Vei începe să sesizezi că ceea ce i se întâmplă sinelui tău personal – dorințe, speranțe, dureri – nu sunt probleme serioase de viață și de moarte. Dacă te mărginești doar la a urmări, la a fi martorul nefericirii tale, te dovedești astfel „lipsit de nefericire”, neatins de sentimentul propriu zis. A urmări aceste stări înseamnă a le transcende; ele nu te vor mai putea surprinde pe la spate, fiindcă le privești drept în față. Atâta vreme cât ești atașat de probleme, griji și preocupări, vei fi tentat să le manipulezi, să lupti cu ele, să le supui. Înțelegând că ele nu constituie esența Sinelui, nu le batjocorești, nu te răstești la ele, nu le respingi, nu le negi și nici nu te lași pradă lor. În loc să te opui nefericirii, îți asumi pur și simplu inocența unei imparțialități detașate. Precum o oglindă, reflectezi pur și simplu orice gând sau senzație care apare, fără a te agăța de ele și fără a le respinge.

Când intri în contact cu Sinele transpersonal, nu pierzi accesul la nivelul eului și trupului personal, însă nu vei mai fi legat, limitat de el. Din moment ce nu mai ești îngrădit de ele, trupul și mintea nu-ți mai par o închisoare.

Dacă vei înregistra un cât de mic succes în dezvoltarea atenției detașate (care necesită însă timp), vei putea aborda evenimentele personale cu aceeași imparțialitate cu care privești norii plutind pe cer, apa curgând într-un pârau, ploaia ce cade pe un acoperiș etc. Astfel începi să tratezi obiectele și elementele din jur ca și când ar face parte din Sinele tău. Acest tip de intuiție se află la originea compasiunii universale pe care misticii pun un accent atât de puternic. Esența învățăturilor fundamentale ale lui Isus nu este atât „lubește-ți aproapele ca pe tine însuși!”, ci mai degrabă „lubește-ți aproapele ca sine al tău!”. Și nu doar aproapele, ci întreg mediul înconjurător.»

Supliment la Integrarea divină

REALITATEA NON-DUALĂ, FĂRĂ LIMITE

Accederea la Sinele transpersonal (conștiința spirituală) este un fel de trambulină către starea supremă de Conștiință Unitară, cosmică, dumnezeiască. Conștiința în starea supremă este aceeași ca în celelalte

stări, doar că are o întindere nesfârșită. De această dată, nimic nu mai pare a fi în exteriorul tău, ci întreg Universul este cuprins de conștiința dilatată în infinit. Este starea mistică ultimă, beatifică, starea de Dumnezeu...

Numeroși înțelepți, mistici, iluminați din toate timpurile au experimentat starea de „conștiință fără limite”, în care se simțeau a fi una cu totul, conștiința lor extinzându-se cât întreg Universul infinit. Acestei stări supreme, identice la toți, i s-a dat diverse nume: Samadhi, Satori, Nirvana, unirea cu Dumnezeu etc. Ei vorbesc despre acea Realitate ca fiind de factură „non-duală”. Adică, Existența nu este fărâmițată în obiecte și ființe distincte, ci este un singur flux gigantic și unitar, definibil ca „Dumnezeu”. Cei care încearcă să vorbească despre această „singură adevărată realitate” întâmpină un mare obstacol de înțelegere și sunt deseori catalogați drept nebuni sau „mistici” (de parcă ar fi același lucru!). Pur și simplu, non-dualitatea nu face parte din conceptele pe care le rulăm în mod normal. Mentea funcționează întotdeauna dual, în perechi de concepte opuse: sus-jos, slab-gras, plăcere-durere, rău-bine etc. În lipsa trăirii directe, care ne-ar putea lămuri instantaneu, este aproape inutil să discutăm despre o așa „enormitate”...

DEASUPRA BINELUI ȘI RĂULUI SE AFLĂ BINELE TRANSCENDENT

Fiindcă veni vorba mai sus despre perechea de contrarii bine-rău, nu putem trece mai departe fără a lămuri o confuzie comună. Constatăm deseori că ceea ce unii cataloghează drept bine, poate fi răul altuia. De aceea, spunem că răul și binele sunt relative. Dar nu trebuie să le confundăm cu dihotomia Divin-Diavolesc, chiar dacă în limbajul obișnuit atribuim lui Dumnezeu calitatea de Bine, iar Satanei, cea de Rău! Dacă în prima situație binele și răul erau relative, în cea de-a doua, ele sunt absolute, repere fixe și inconfundabile.

Numele de Dumnezeu este menționat atât în opoziție cu Satan, cât și când vorbim de starea non-duală, în care contrariile dispar. Pare o ambiguitate. Să o clarificăm!

Dumnezeu este Creatorul *Transcendent* al universului, El creează cadrul spațio-temporal și legile de funcționare a lumii. În sânul *transcendenței* nu există dualitate, fiindcă dualitatea este specifică doar creației, nu și Creatorului Suprem. Odată apărută Creația, apar și creaturile distincte, deci dualitatea „eu - ceilalți”. La acest prim nivel apare și cuplul de contrarii Dumnezeu-Liderul-Benefic versus Satan-liderul-malefic. Acest Dumnezeu-Benefic este manifestarea Dumnezeului *necreat, transcendent*, materializându-i dorințele de creație, deci nu există diferență între cei doi termeni - este același Dumnezeu. Prin urmare, morala nu se reduce la normele omenești, ci are un substrat universal, fiind vorba despre o cosmo-etică... Satan este un rezultat automat al legilor funcționării Creației, nu reprezintă voința Supremului, ci un accident previzibil și asumat.

În acest sens, nu se poate afirma - cum fac unii inconștienți - că, „deoarece binele și răul sunt relative, nu contează dacă faci rău sau bine, dacă ești moral sau imoral” din punctul de vedere al Dumnezeuului *Transcendent*! La fel de greșit ar fi să spunem că „binele absolut se întâlnește cu răul absolut în *Transcendență*” sau că „Dumnezeu este deasupra Binelui și Răului”!

Dimpotrivă, EL are o preferință explicită pentru Binele absolut, adică manifestarea Voinței Sale pentru o creație armonioasă. Armonia creatoare se inspiră din *Transcendent*, iar ceea ce i se opune – dizarmonia satanică – nu oglindește *Transcendentul*, ci îl schimonosește.

ÎNȚELEGEREA NON-INTELIGIBILULUI

Haideți acum să întindem o punte spre priceperea rațională a unei trăiri de dincolo de gândirea discursivă. Ea *trebuie* să fie reală, căci altfel nu ar fi traversat istoria omenirii purtată în triumf de marii realizați spirituali ai planetei, persoane remarcabile, onorate și astăzi!

Non-dualitatea înseamnă că nu există lucruri distincte, nu există granițe de demarcație, ci o unică substanță sau câmp de forță. O multiplicitate există totuși și anume Legile, Tiparele de structurare și acțiune a acestei enorme mase de energie numite „Univers”. Exemple: ecranul televizorului este unul și același, dar pe el se perindă timp de ani de zile nenumărate imagini mișcătoare care durează fracțiuni de secundă, modulate de Tiparele electronice. De asemenea, ne putem gândi la cele 5 simțuri (văzul, auzul, gustul, mirosul, tactilul), fiecare dintre ele percepând un aspect diferit al Realității unice. Așa se întâmplă și cu teoriile științifice. Fiecare acoperă o parte din realitate, fiecare urmează și caută un anumit Tipar. Un Tipar înseamnă deja o limitare, o fragmentare, un model de acțiune și percepere.

În cuvintele lui Ken Wilber: «În conștientul tău imediat și concret nu există lucruri separate, nu există granițe. Niciodată nu vei *vedea* o entitate unică, ci întotdeauna un câmp cu componentă variată [...] Chiar acum, când citești aceste rânduri [...] ochiul vede concomitent – deși nu citește – toate cuvintele de pe pagină, plus ceva din mediul înconjurător, poate mâinile și antebrațele tale, o parte a biroului sau a mesei la care stai, o parte din încăperea și așa mai departe. [...] Dar la nivel mental [...] îți poți concentra atenția exclusiv asupra acestor cuvinte, prefăcându-te că nu observi nimic altceva din câmpul conștientului tău. [...] Faptul că te poți concentra și deci acorzi atenție „unui lucru separat” o dată, riscă să lase impresia că realitatea însăși este compusă dintr-o serie de astfel de „lucruri separate”, când de fapt separarea este doar un produs al granițelor pe care le-ai suprapus peste câmpul conștientului.» („Fără granițe”, pag.76-77)

Realitatea este unică și aceeași, dar noi o segmentăm, alegând doar o viziune parțială. Nu e vina noastră, ci pur și simplu așa funcționează structurile minții - prin focalizări succesive asupra aparențelor. Dar mintea umană actuală nu reprezintă culmea creației, ci ea evoluează, negreșit... „Vidul” din doctrina budistă (*shunyata*, în limba sanscrită) nu este altceva decât această Realitate nediferențiată, un continuum fără granițe - este o lipsă, un „vid” de aparențe limitatoare, nu un neant. Vidul

mai poartă și alte nume în mistica omenirii, precum Dharmakaya, Tao, Brahman, Dumnezeu etc. Acestea nu sunt concepte imaginate, ci trăite în așa-numita stare de „iluminare spirituală completă”.

DIFICULTĂȚI PRACTICE

Prin practica spirituală ne-am apropiat de Sinele transcendent (conștiința de natură pur spirituală) și am ajuns în anticamera perfecțiunii. Aici însă nu mai vedem nicio ușă spre următoarea etapă. Nu există o cale către conștiința unitară, fiindcă nici măcar Spiritul nostru nu o deține. Totul depinde acum de Grația Divină. Aceasta este etapa numită în misticismul creștin „noaptea întunecată a sufletului”, când nu mai întrevădem nicio soluție de avansare.

Toată practica spirituală de până acum a pregătit condițiile de a primi Grația. Dar Ea nu vine obligatoriu. Altfel ar însemna că am avea o metodă de a o capta cu siguranță, deci nu ar mai fi Grație. Orice efort ai face nu te va ajuta. Nici pasivitatea, nici acțiunea, nici abandonul, nici revendicarea... Tot ce poți face este să cauți să descoperi cum te opui conștiinței unitare, nu cum să o dobândești!

«În zazen, practica spirituală este menită nu să ne transforme în Buddha, ci să ne permită să ne comportăm precum acel Buddha care suntem deja.» (idem, pag.233) Acesta este nivelul transpersonal, în care ne apropiem cât putem de mult de Spiritul propriu și îi manifestăm intențiile. Odată ce realizăm contactul intuitiv, practica devine mai lejeră, destinsă. Este însă imposibil ca omul să obțină iluminarea supremă prin forțe proprii, pentru că, prin definiție, omul e definit printr-un ego. Or, iluminarea completă înseamnă tocmai desființarea oricărei forme de ego, de individualitate separată de restul. Nu există metode decât pentru a ne rafina egoul, a-l dilua. De fapt, ego-ul nu este un rău. Are un rost divin și el, nu trebuie blamat. Nu-i bai dacă nu-l depășim acum. De fapt, chiar exprimarea aceasta e inadecvată. Nu eu îmi depășesc ego-ul. Ar fi ca și cum m-aș trage singur de păr în sus.

ÎMPĂCAREA CU BANALITATEA

Foamea de Dumnezeu nu are liniște și nu trece niciodată, este neliniștea metafizică a reîntregirii. Țelul ultim al metodelor de iluminare orientale, ca și al celor esoterice occidentale, este să ridice discipolul la viziunea Întregului nefragmentat. Aceasta pentru că oriunde există o linie, o graniță, zace un potențial conflict. Conștiința fără limite, dobândită în starea de extaz, dizolvă orice conflict, nemaitrebuind să îl tranșeze într-un sens sau altul. Cum spune Ken Wilber «De fiecare dată când descoperim că un obiect exterior este, de fapt, un aspect al Sinelui, dușmanii devin prieteni, războaiele se transformă în dans, iar luptele în joacă.» (idem, pag.140)

Totuși, la întoarcerea din starea meditativă, lucrurile stau la fel ca înainte. Problemele nu s-au rezolvat de la sine, limitele și ciocnirile de

interese continuă, lumea e aceeași. Vizionarul este dator să își continue viața păstrând nostalgia Completitudinii, a lui Acasă. Se poate simți chiar foarte frustrat.

Cuviosul Siluan de la Muntele Athos fusese răpit în duh până în Cerurile Înalte, dar apoi readus în chilia sa sărăcăcioasă. Multe lacrimi a vărsat Siluan că i s-a luat acest dar dumnezeiesc, implorând în nenumărate rugăciuni revenirea extazului. Dar a primit următorul răspuns neașteptat de la Spiritul Domnului: „Tine-ți mintea în iad și nu deznădăjdui!”. Cu alte cuvinte, trăiește ca toți oamenii, nu cere privilegii de înger și fii convins că vei ajunge unde îți dorești, până la urmă!

Aceeași idee de împăcare cu condiția umană limitată o regăsim și în înțelepciunea budistă. Un koan Zen sună cam așa: „Să vezi muntele, să nu vezi muntele, să vezi muntele!”. La prima vedere, ar părea fie o zicere absurdă, fie o criptografie. Nu e nici una, nici alta, ci descrie laconic etapele pe drumul iluminării. Întâi ai o viziune obișnuită asupra vieții, apoi experiența iluminării îți dezvăluie Realitatea nefragmentată, unică, divină, dar în final trebuie să revii la locul tău dinainte. Desigur, acum vederea ta este mult mai clară, mai luminoasă, mai largă, mai iubitoare.

Să ne amintim și momentul când Sri Yukteswar i-a oferit elevului său Yogananda experiența supremă a extazului divin! La revenirea în starea normală de conștiință, Maestrul l-a luat pe tânărul ce tocmai gustase pentru prima dată din nectarul dumnezeiesc să măture împreună balconul, trezindu-l brusc la realitatea concretă...

Toți maestrul autentici subliniază că discipolul nu trebuie să o ia razna cu mintea după ce a avut o viziune supranaturală, ci să revină cu picioarele pe pământ, să nu se creadă Dumnezeu, să nu provoace ostentativ admirația „muritorilor”. Iluminarea nu îți rezolvă problemele. Te ajută să-ți elimini conflictele, pe cât posibil, având o minte mai alertă, mai atentă, mai intuitivă și inspirată, o simțire mai compătimitoare și dorința pentru Bine...



Avertizare: Spiritualitatea de clan!

Există o problemă spinoasă în cultele, sectele religioase sau căile ce adună adepți ai misticismului. Este vorba despre cultul personalității liderului spiritual, atât de răspândit în Orient, dar astăzi și în cultele din Occident. O vorbă înțeleaptă spune așa: „*Până să ajungi la Dumnezeu, te mănâncă sfinții*” (adică maștri spirituali). Este adevărat că un astfel de învățător ar fi - cel puțin teoretic - depozitarul unei tradiții, a unor cunoștințe secrete și al unei investiții oculte. În realitate, maestrul autentici sunt foarte rari printre mulțimea de falși profeți. Este un paradox al zilelor noastre: cunoașterea esoterică este la îndemâna oricui, și totuși mântuirea, iluminarea, eliberarea întârzie să apară în cadru organizat. În schimb, persoane izolate, chiar fără preocupări de

spiritualitate, se trezesc dintr-o dată în mijlocul unor viziuni divine (experiențe în preajma morții, vise spirituale, dedublări astrale spontane, clarviziuni etc.).

Explicații putem găsi multe de ce maestrul nu se ridică la înălțimea așteptărilor. Una dintre ele este sminteala care îi cuprinde pe cei care se trezesc cu anumite puteri paranormale. Alta ar fi însăși adulația de care se bucură din partea devoților, încât liderul ajunge să se creadă cu adevărat un supraom, un ales fără egal. Cea mai comună este aceea că au – și au avut întotdeauna – un caracter josnic, fiind incapabili să-l schimbe, în ciuda altor calități reale pe care le pot avea. Se știe că, odată cu dobândirea unor calități paranormale, defectele personale se amplifică dacă nu au fost eliminate din timp!!!

Deseori, discipolii nu mai renunță la apucăturile care le-au fost inoculate metodic și adânc. Devin ca niște fiare când cineva le critică conducătorul sau credința, mai ales cu argumente forte. Toată poleiala de cucernicie, înțelepciune, detașare, iubire cosmică se transformă dintr-o dată în agresivitate, viclenie, josnicie și ură. Desigur, își justifică acțiunile prin „apărarea credinței și a maestrului perfect”, inventând imediat pseudo-motive, cum ar fi lupta contra masonilor, a ignoranței proștilor, a rătăcirilor teologice și alte asemenea sloganuri ingurgitate la ședințele de îndoctrinare. Și apoi se miră naiv că „*ce are lumea cu ei?*” că doar „*ei sunt buni și lucrează pentru binele omenirii, ghidați de îngeri*”... Vălul care le acoperă ochii spirituali le ascunde faptul că mântuirea, iluminarea se îndepărtează de ei tocmai din cauza faptelor și gândurilor mizerabile, în contradicție cu teoriile afișate. La ce le folosește pseudo-extazul trăit ocazional dacă nu sunt capabili să se autoobserve și să se autocontroleze, rămânând mici animăluțe fără discernământ și fără empatie, chiar mai rele decât înainte?!

Unul din zece mii de căutători spirituali reușește să ajungă la țelul ideal al vreunei căi sau metode. Cu ce se vor mulțumi ceilalți credincioși pentru toate frustrările îndurate în sectă? Pentru a nu se simți folosiți și păcăliți, ei trebuie să creadă orbește în ceva. De aceea, maestrul le servește din când în când câte o porție de profeții apocaliptice, ca să-i pună cu botul pe labe, sau inventează un dușman imaginar, ca să strângă rândurile în jurul său, sau batjocorește o grupare rivală, ca să-și păstreze aderenții, sau încurajează mărturiile publice ale unora dintre devoți, unde ei povestesc ce minunății (mai mult sau mai puțin imaginate) au trăit prin practica spirituală (desigur, meritele sunt întotdeauna transferate înspre guru!).

Și uite așa, „spiritualitatea de clan” - dintr-o tentativă de a ieși din mediocritate - poate deveni o capcană luciferică, o pervertire a bunului simț, o limitare a libertății cugetului și o armă împotriva omeniei...

8 ianuarie 2012

IDENTITATEA DE SINE – NUCLEU AL PERSONALITĂȚII

Eseu de filosofie psihologică pe baze materialist-dialectice

Fiecare personalitate este unică. Unicitatea ne dă identitatea. Altfel spus, Identitatea de sine ar fi un EFECT al combinației singulare de diverse tipare psihologice.

Pare evident, dar este oare adevărat? Nu cumva este invers? Nu cumva Identitatea de sine este o CAUZĂ – principală – a unicității noastre?

În cele ce urmează vă propunem un nou concept esențial în psihologie: IDENTITATEA DE SINE. Ea este, în opinia noastră, pilonul central al personalității, în jurul căruia se structurează celelalte 5 componente (temperament, caracter, aptitudini, inteligență, creativitate).

Definim conceptul de „Identitate de sine” ca fiind:

- Ceea ce oferă continuitate ființei psihice;
- Liant permanent al conținuturilor psihice supuse schimbării;
- Pol stabil al psihismului;
- Ceea ce este mereu identic cu sine însuși;
- Ceea ce nu se modifică de la naștere până la moarte;

Dar există oare ceva neschimbat în psihic pe tot parcursul vieții?

Intuiția ne confirmă că DA, există o „ștafetă” purtată de la o etapă la alta, între veghe și somn, în toate experiențele de viață, secundă de secundă.

Rățiunea poate rămâne ceva mai rezervată, pentru că, în mod obișnuit, Identitatea de sine se ascunde în spatele manifestărilor personalității. Există însă o tulburare psihiatrică a identității ce o pune în evidență cât se poate de clar. Înainte de a prezenta această dovadă, vom apela la raționament pentru a circumscrie conceptul de „Identitate de sine”.

CINE SUNT EU?

Această întrebare filosofică poate fi reformulată în termeni psihologici astfel: *care este identitatea mea de sine?* Vom încerca un răspuns în cele ce urmează.

La prima vedere, „eu” am un nume, am un statut, îndeplinesc roluri și întrețin relații sociale. Acesta este Eul social. El depinde de ceilalți, de

societate. Ce s-ar întâmpla însă dacă aş rămâne singur pe o insulă pustie? Eul social ar dispărea dintr-o dată. Orice „am” pot pierde într-o zi. Dacă vreau să aflu cine „sunt”, trebuie să merg mai în profunzime.

Aş putea să mă definesc a fi drept individul biologic. Este evident că „eu” exist din momentul naşterii şi voi dispărea odată cu moartea corpului. Prin urmare, existenţa corpului este cel mai sigur reper care îmi poate defini identitatea. Eu sunt corpul meu cel viu! Totuşi, apare şi aici o problemă. Întrebarea „cine sunt eu?” nu şi-a pus-o Eul biologic, ci provine din psihic. Toate fiinţele au o individualitate biologică. Dintre ele, numai oamenii îşi pun însă această întrebare. Nu toţi, desigur...

Dacă întrebarea vine din psihic, atunci ea se referă la „eul” meu psihologic. Aici s-ar părea că lucrurile sunt clare. „Eu” sunt personalitatea. Prin personalitate înţeleg conduita, afectele, gândurile şi alte caracteristici, dar numai cele relativ stabile pe o perioadă ceva mai lungă de timp. Totuşi, din copilărie până la bătrâneţe, personalitatea suferă transformări notabile, viaţa punându-şi implacabil amprenta pe sufletul nostru. Puţine caracteristici rămân constante, poate cele temperamentale, poate unele talente, ceea ce este, în general, înăscut. Dar mă reduc „eu” la acestea?

Prin „EU” înţelegem ceea ce rămâne neschimbat de la naştere până la moarte. Nu pot accepta că identitatea mi se schimbă de la o etapă a vieţii la alta. Ceea ce suferă variaţii (gândurile, afectele, experienţele) nu este „eul” meu real. Deci „eu” nu pot fi nici personalitatea, care este o umbrelă prea largă pentru diverse aparenţe temporare. Iar ceea ce rămâne relativ constant din ea este prea puţin. Talentul nici nu ar exista dacă nu s-ar putea manifesta, şi în acel caz nefericit, ce ar mai rămâne din „mine”, decât o potenţialitate? Temperamentul este o etichetă pentru o sumă de tipare psihologice comune mai multor oameni. Persoane cu temperamente identice au însă identităţi diferite.

Prin urmare, dacă identitatea mea nu este dată de Eul social, nici de cel biologic, nici de personalitate, deşi este cuprinsă în fiecare dintre acestea, cine sunt eu?

Răspunsul era deja la îndemână. Identitatea de sine îmi este dată de SINE. Cine este Sinele, atunci? Sinele este cel care îmi dă identitatea. Altfel spus, identitatea de sine este consecinţa pre-existenţei Sinelui. Formulăm explicit ipoteza că Sinele este primul produs psihic, este reflexia individualităţii biologice în plan psihic. Personalitatea se cristalizează de la naştere (chiar din mediul uterin) în jurul unui nucleu psihic, numit „Sine”. Ontogenetic, Sinele este primul produs al psihicului, în jurul căruia se vor desfăşura toate celelalte procese psihice.

Pe scurt, aceasta ar însemna că:

- Identitatea este o funcţie implicită şi primară a psihicului, independentă de exterior.
- Orice fiinţă dotată cu psihic are o identitate interioară, încă de la apariţia sa.

SINELE ȘI CONȘTIINȚA

Este oare Sinele identic cu Conștiința?

Sinele și Conștiința par a se contopi. Analizând mai atent însă, le putem separa didactic. Sinele continuă să existe și în vise, ba chiar și pe parcursul somnului profund, astfel încât la trezire redevenim aceeași persoană care am fost la culcare. Sinele este nucleul Conștiinței, el ne dă continuitatea și stabilitatea identității.

Afirmăm că, în jurul Sinelui, Conștiința mai conține Atenția și Voința.

Sinele creează intenția, Voința pune în fapt, dinamizând structurile psihice, Atenția informează despre funcționarea structurilor psihice. Conștiința fără Atenție este de neconceput. Voința poate orienta și mobiliza Atenția, la cererea Sinelui. Aceasta ar fi, pe scurt, schema Conștiinței, în viziunea noastră.

Desigur, vorbim de un tip anume de Voință și Atenție, independente de alte calități psihice variabile, de dispozițiile de moment sau de tulburările de personalitate. Dar voința și atenția – ca mecanisme psihice generale – depind în mare măsură, fiind chiar generate de Voința și Atenția înțelese ca attribute specifice Conștiinței.

Conștiința este o structură simplă - comparabilă ca și complexitate cu Sinele -, situată la baza activității psihice complexe.

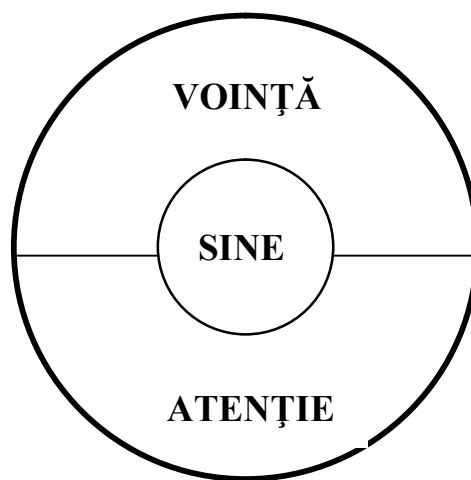


Fig. 1 - Schema Conștiinței

Credem că Conștiințele tuturor ființelor (cel puțin a celor dotate cu aparat psihic) sunt identice ca structură (fig.1). Ceea ce diferențiază conștiința reflexivă (a omului conștient de sine și de lume) de conștiința pre-reflexivă (a copiilor mici și a animalelor, care sunt conștiente doar de lume) sunt procesele mentale superioare. Diferența provine deci din calitatea minții ființelor, nu din tipul de Conștiințe, teoretic similare (fig.2).

Mintea (gândirea) este o structură de bază a personalității.

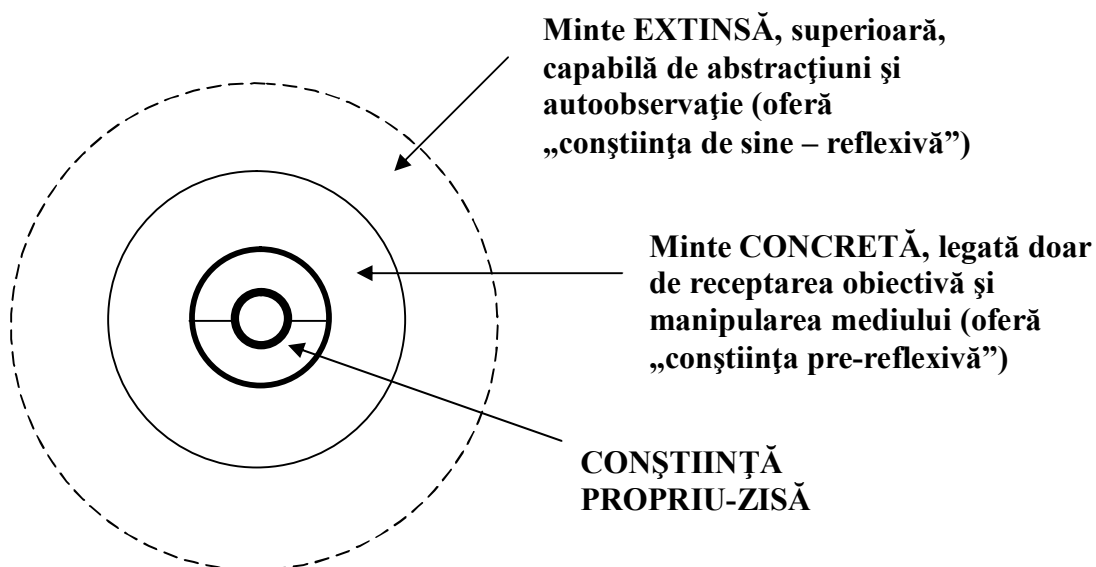


Fig.2 - Schema diferenței dintre Conștiința propriu-zisă, conștiința de sine (reflexivă) și cea pre-reflexivă

Revenind la problema identității de SINE, afirmam mai sus că există o tulburare psihiatrică a identității ce o pune în evidență. S-o analizăm:

TULBURAREA DISOCIATIVĂ DE IDENTITATE

«Tulburarea disociativă de identitate, numită și tulburare de personalitate multiplă, reprezintă existența într-un singur individ a mai multe identități distincte sau personalități care alternează în controlarea comportamentului. Tulburarea de identitate nu este clasificată ca o tulburare de personalitate, ci ca una disociativă, în centrul său aflându-se tendința cronică de a disocia – de a delimita diferite fațete ale simțului de sine, amintirile sau conștiința.

În general, fiecare personalitate are numele și vârsta sa și un set specific de amintiri și comportamente caracteristice. În majoritatea cazurilor există o identitate primară care poartă numele dat individului și este pasivă, dependentă și deprimată. Identitățile alternative au, de obicei, caracteristici care contrastează cu identitatea primară - de exemplu: ostile, dominante și autodistructive (Asociația Americană de Psihiatrie, 2000). În unele cazuri personalitățile pot să fie diferite din punctul de vedere al unor caracteristici cum ar fi: scrisul de mână, aptitudinile artistice sau atletice și cunoașterea unei limbi străine. Identitatea primară nu este adesea conștientă de experiențele celorlalte identități.

Observatorii remarcă trecerea (*într-un interval de secunde – n.n.*) de la o personalitate la alta, care este adesea însoțită de schimbări subtile în postura și tonul vocii. Noua personalitate vorbește, merge și face gesturi diferite. Pot apărea chiar schimbări la nivelul proceselor fiziologice, cum ar fi tensiunea arterială și activitatea creierului (Putnam, 1991). Personalitățile se deosebesc prin caracteristicile psihologice și răspunsul la testele de personalitate și inteligență.

Mulți teoreticieni cred că această tulburare se dezvoltă ca un mijloc de apărare împotriva experiențelor traumatice din copilărie. Copilul se adaptează la problemele

dureroase prin crearea unei alte personalități care să se ocupe de dificultăți (Ross, 1997).

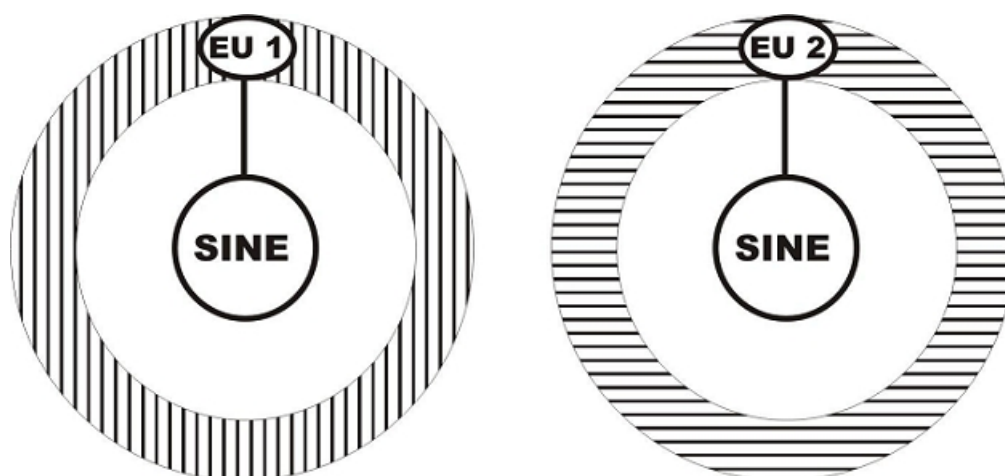
Se pare că acest copil învață să se apere singur de durerea abuzului prin disocierea memoriei de conștient. În cazul în care copilul este abuzat în mod grav și în repetate rânduri, această metodă conduce în timp la identități disociative în care numai una dintre personalitățile suplimentare este conștientă de abuz, iar celelalte nu au amintiri despre suferință. Este o reacție adaptativă pentru copil să-și păstreze personalitățile separate pentru a păstra amintirea dureroasă departe de el. În felul acesta sentimentele și amintirile abuzului nu se revarsă în mod continuu în conștiința copilului atunci când el nu le mai poate suporta - de exemplu, atunci când este la școală sau se joacă cu prietenii (Braun, 1986).

Cazurile de tulburare disociativă de identitate au fost întotdeauna fascinante, dar rare. Cu toate acestea, în ultimii ani a avut loc o creștere bruscă a numărului de cazuri raportate în Statele Unite (300.000, după unele cifre – n.n.).»

[Atkinson & Hilgard – *Introducere în psihologie*, Editura Tehnică, 2005, pag.818]

Vezi și Anexa de mai jos, cu studii de caz de personalitate multiplă.

Putem exprima tulburarea de identitate în două alternative grafice, apelând la modelul Sinelui descris mai devreme. EUL ar corespunde Personalității, iar SINELE, Identității.

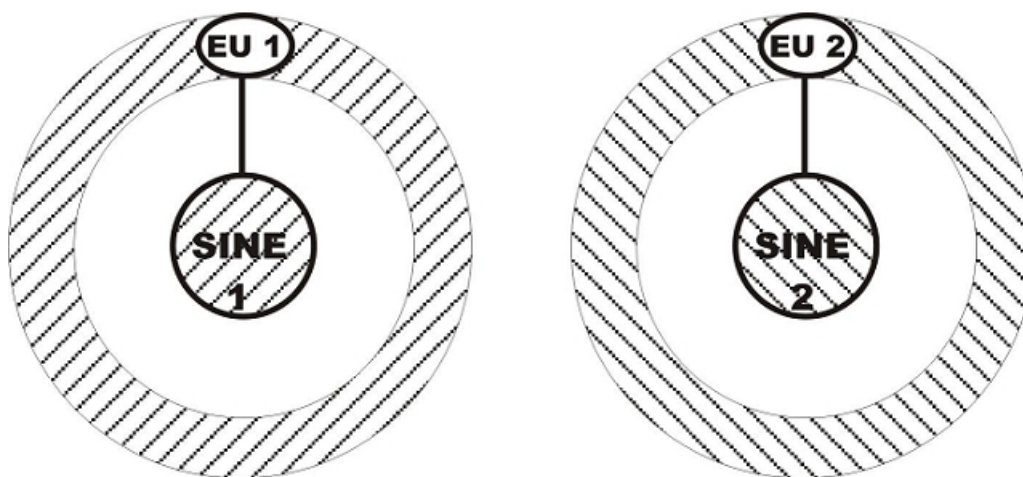


*Fig. 3 – Emergența patologică a personalităților multiple.
Sinele ar proiecta două sau mai multe Eu-ri*

Psihologii presupun că personalitatea secundară (EU 2) a fost creată ca urmare a unei traume. Cauza sindromului personalităților multiple s-ar afla deci în Sine! El este cel care „dezvoltă un mijloc de apărare împotriva experiențelor traumatice din copilărie”... La omul normal, Sinele nu are astfel de porniri năstrușnice. Cercetarea psihiatrică ar trebui deci să se aplece teoretic și practic asupra Sinelui profund, găsind poate și alte patologii ale sale...

Dar este oare personalitatea doar o emanație arbitrară și spontană a Sinelui? A crea o personalitate nouă (EU 2) în decurs de câteva minute este o operă demiurgică, și nicidecum nu se poate concepe că ar lua naștere prin aglomerarea arbitrară de tipare psihice preexistente, printr-un joc al inconștientului! Personalitatea secundară este perfect coerentă. Or, în psihologie este axiomatic și evident că personalitatea se construiește în timp, ca urmare a interacțiunilor sociale (mediul, educația) și pe un fond ereditar. Explicația psihologică de mai sus este, prin urmare, pur speculativă, ceea ce ne obligă să căutăm alte explicații necontradictorii pentru sindromul personalităților multiple.

Suntem obligați să recunoaștem că mai există o alternativă explicativă. Conform acesteia, personalitatea este o construcție laborioasă a Sinelui, cu care face corp comun. Schimbarea identității ar însemna substituirea Sinelui inițial cu un altul, având o altă identitate (fig.4). Aceasta ar explica și unele pierderi de memorie între două alternanțe de personalitate. Totuși, nu întotdeauna apar amnezii, sau uneori ele sunt doar parțiale. Aceasta pentru că există zone ale memoriei care rămân atașate creierului, la care se poate avea acces de la „pupitrul de comandă” al Sinelui. Sinele nu se poate desprinde de propria sa personalitate, dobândită cu greu. Schimbările de identitate nu sunt decât manifestări ale diversilor „Sine”, instalați la „centrul de comandă” al psihicului...



*Fig. 4 - Emergența patologică a personalităților multiple.
Schimbarea identității este produsă de substituirea Sinelui*

Se pare că această ultimă variantă dă răspunsuri logice, corespunzând și psihologiei orientale. Dar poate accepta știința posibilitatea substituirii Sinelui (numită uneori și „transfer de conștiință”)?

Psihologul Mihai Golu, în *Fundamentele Psihologiei* (Editura Fundației România de Măine, 2007), menționează câteva repere

esențiale privind adoptarea de către psihologie a paradigmei cibernetico-sistemice:

- „psihicul apare, există și se manifestă ca o modalitate informațională specifică...” (pag.102)
- „informația procesată și fixată pe un suport fizic poate fi conservată la infinit, dacă suportul respectiv, în sine perisabil, este regenerat sau înlocuit cu altul, pe măsura uzării lui; aceeași proprietate o posedă și structura psihică. Ea ar putea fi perpetuată la infinit dacă suportul său normal ar fi regenerabil sau înlocuibil din mers.” (pag. 105)

Cu alte cuvinte, procesele psihice sunt „produse informatice” ale creierului. Desigur că și Sinele ar fi tot un asemenea produs, înmagazinat undeva în creier. Chiar dacă circuitele neuronale se reorganizează continuu, această informație-nucleu este automat salvată și redirijată în alte zone sigure, stabile ale suportului său fizic.

Cazul patologic al substituirii Sinelui poate fi explicat ca fiind un transfer al informației-nucleu în alt creier-gazdă (similar cu mutarea datelor de pe un computer pe altul). Desigur că aici trebuie să acceptăm ipoteza că informația poate circula și pe alte canale decât cele substanțiale (creierul).

În acest sens, putem aduce în sprijin teoria materiei biostructurate, a academicianului român Eugen Macovski. Conform acesteia, formele biologice sunt alcătuite din substanță anorganică, dar conțin un element în plus, și anume biostructura – care face diferența dintre viu și neviu. Biostructura a fost chiar obiectivată științific de către autor. Similar, se poate afirma că psihologicul pleacă de la biologic, dar conține un element suplimentar care face diferența. Macovski l-a numit materie noesică, ce îi acordă proprietăți specifice, ireductibile la biologic. Ar fi vorba despre un câmp cu proprietăți specifice, care ar putea fi și purtătorul informațiilor psihice.

Prin urmare, transferul de Identitate ar fi perfect posibil, pe calea câmpului noesic (fig.5).

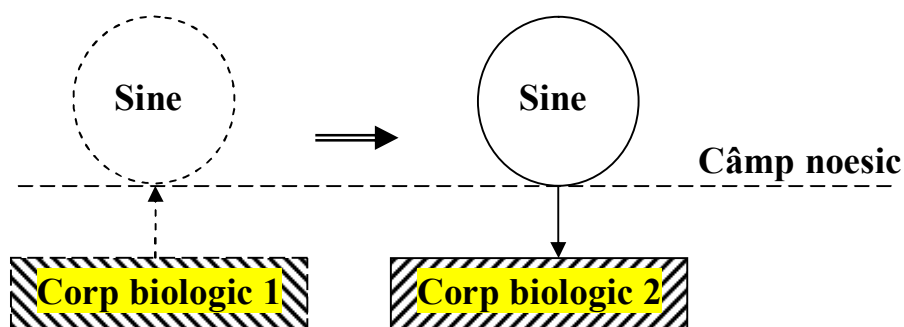


Fig. 5 – Transferul de Identitate prin câmpul noesic

Să rezumăm demersul nostru ideatic de până acum:

1. Plecăm de la teza că Identitatea de sine este pilonul central al Personalității.
2. Identitatea este atributul Sinelui.
3. Ontogenetic, Sinele este primul produs al psihicului și proiecția în psihic a individualității biologice.
4. Nu putem accepta ca o explicație pertinentă a tulburării disociative de identitate cea conform căreia o nouă personalitate coerentă se poate naște spontan și arbitrar din inconștient.
5. În locul acesteia propunem o altă explicație, mai logică, conform căreia Sinele este solidar cu personalitatea care s-a cristalizat, în decursul timpului, în jurul său. Tulburarea de identitate apare la substituirea Sinelui original cu un altul.
6. Putem presupune că al doilea Sine a fost transferat – provenind, poate, dintr-un alt corp biologic, poate, decedat - pe o cale pur informațională, non-substanțială.

Dacă nu s-a strecurat nici o greșeală logică și fiecare punct de mai sus întrunește acordul cititorilor, atunci se impun câteva concluzii:

- Transformările vieții psihice sunt doar valurile etern schimbătoare de la suprafața oceanului-Sine. Identitatea este un atribut esențial al Sinelui adânc. Ar mai fi și altele, printre care capacitatea Sinelui de a se proiecta în exterior sub forma personalității omului. Personalitatea ar fi o reflexie și creație a arhitectului-Sine, construită din elementele puse la dispoziție de inconștient și prin interacțiunile sociale.

- Definirea Identității impune clarificarea teoretică a problemei Sinelui profund. Termenul de „Sine” are astăzi accepțiuni diferite, la unii psihologi fiind sinonim cu Ego-ul (personalitatea exterioară), iar la ceilalți având sensul de Sine ascuns, transpersonal, izvor al personalității (Sinele profund). Preferăm a doua definiție.

- Din punct de vedere practic, luarea la cunoștință și familiarizarea cu Sinele profund ar avea o mare importanță pentru autocunoaștere. Ea ar putea preîntâmpina unele decompensări nedorite, ca urmare a descoperirii unor laturi negative ale personalității proprii.

În concluzie, Identitatea de Sine este o noțiune care merită să fie valorizată și psihologic, nu doar filosofic. Inaugurarea a fost deja făcută de psihologia transpersonală, dar se cade a fi apreciată și de celelalte orientări psihologice, de psihologia generală și, mai ales, de psihologia personalității.

4 mai 2008

PERSONALITATEA MULTIPLĂ**Disociațiile personalității**

«Cazul cel mai vechi studiat (1816) al disocierii personalității este cel al unei tinere americane, Mary Reynolds, care la ieșirea dintr-o sincopă și-a pierdut amintirea vieții sale anterioare. Câteva luni după aceea, atinsă fiind de o sincopă analoagă, ea și-a regăsit personalitatea normală, dar a uitat complet ce se petrecuse între cele două accese. De atunci, viața ei s-a aflat împărțită alternativ între cele două stări. Ea avea, de altfel, atât de puțină cunoștință asupra dublului său, încât cele două persoane distincte nu aveau nimic din natura lor respectivă.

Cazul celebrei Felida X. care a fost minuțios studiat către anul 1860, de dr. Azam, este cel al unei tinere fete isterice, care adeseori sub impulsul unei emoții și chiar fără cauză aparentă încearcă o senzație dureroasă la tâmpile și cade brusc într-un somn profund ce durează 10 secunde. După care deschide spontan ochii și intră într-o a doua stare ce durează o oră sau două. La urmă, somnul reapare și Felida nu-și mai amintește despre ce s-a vorbit în timpul celei de-a doua stări.

Ceea ce este important de notat e că în timpul duratei acestei stări, Felida era diferită față de ea însăși.

Ea era veselă, activă, fără neliniște și facultățile sale păreau mai dezvoltate și mult mai complete decât în starea normală când ea era tristă, închisă și temătoare. Dr. Azam a constatat chiar o a treia schimbare de personalitate caracterizată de o teroare invincibilă.

Prin urmare, psihologii și psihiatrii au descoperit subiecți care prezintă până la 4-5 și chiar 6 personalități, fiecare personalitate având caracterul său particular și sentimente aparte. Astfel, cutare subiect era catolic în starea I și protestant în starea a II-a. Adeseori, aceste personalități se ignorau; în schimb, în unele cazuri, ele se cunoșteau, se judecau și se criticau. Fiecare din ele aveau o scriere caracteristică.

Cazul dra. Beauchamp, care a fost auditat de dr. Morton Prince, din Boston, posedea patru personalități care se succedau și care aveau fiecare maniera lor de a gândi și acționa. Există mai înainte dra. Beauchamp nr. 1 care era, dacă se poate spune, dra. Beauchamp normală. Era o fată tânără, inteligentă, dulce, simpatcă și dezinteresată, dar nevropată, visătoare și impresionabilă. Dra. Beauchamp nr. 2 era mai puțin rezervată decât prima. Venea apoi dra. Beauchamp nr. 3 care, singură își atribuia numele de Sally. O caracteristică deosebită: cu cât dra. Beauchamp cea normală era bolnavă și zăcea, cu atât Sally era mai robustă și sănătoasă; ea nu cunoștea nici suferința, nici oboseala și era, într-un anume fel, opusul impulsurilor comprimate de viața studioasă și viciată pe care o ducea nevrozata din Boston.

În fine, dra. Beauchamp nr. 4 era total diferită de celelalte trei și mai ales, de prima. Era o femeie frivolă, ambițioasă, egoistă, șireată și rea care nu înceta s-o persecute pe dra. Beauchamp nr. 1. Poate fi asemănată cu starea Leoniei ce a fost unul dintre subiecții studiați de prof. Pierre Janet. În starea a doua, ea se autonumea Leonina și spunea despre Leonia, adică despre ea însăși: „Această femeie nu sunt eu, e prea proastă”.

Una dintre cele mai extraordinare personalități multiple și alternante ce s-au oferit vreodată atenției psihologilor e, desigur, cea a lui Mollie Fancher. În urma unui grav accident de tramvai survenit la vârsta de 16 ani, ea a căzut într-un fel de stare cataleptică ce a durat nouă ani. În timpul acestei perioade, ochii i-au rămas aproape complet închiși, cu toate că nu dormea și brațul drept, contractat, a rămas ridicat și în

spatele capului. Cu toate acestea, în decursul acestor nouă ani și în această stare, ea a scris 6500 de scrisori, a făcut gospodărie și a utilizat 100000 uncii englezești de ceară, adică 2835 kg pentru a confecționa flori artificiale pe care le colora la perfecție. Toată această muncă o efectua deasupra capului.

La sfârșitul celor nouă ani, după o criză cataleptică profundă, ce a fost urmată în luna următoare de o decontractare generală, mare i-a fost surprinderea când, crezând că nu a dormit decât o noapte, a aflat că a ieșit dintr-o perioadă de amnezie de 9 ani. Nu a vrut să creadă și să admită că ea a fabricat magnificele flori de ceară ce i-au fost arătate, simțindu-se incapabilă de un asemenea lucru artistic.

După care, în viața cotidiană, cele cinci personalități se succedau în ea, fiecare fiind separată de precedentă și de următoarea printr-o criză convulsivă ce părea că-i dezarticulează membrele. Ea se chema pe rând: Sunbeam, Rosebud, Idol, Pearl și Ruby, adică tradus: Rază de soare. Mugur de trandafir, Idol, Perlă și Rubin.

Sunbeam reprezenta personalitatea curentă, cunoscută de vizitatori și prieteni ca fiind cea a lui Mollie Fancher, dar e dificil de spus dacă ea constituia viața tinerei fete de 16 ani. Ea era în orice caz distinctă de personalitatea care o va domina în cei nouă ani ce vor urma accidentului. Dar se întâmpla la o anumită oră, în general noaptea, când Sunbeam ceda locul micuței Rosebud care afirma că nu are decât 7 ani. Această personalitate și-a păstrat continuu această vârstă și nu a prezentat nici o dezvoltare intelectuală de la un an la altul. Apoi, Rosebud era înlocuită de Idol, pe urmă Pearl urmată imediat de Ruby, care era deosebit de vivace și spirituală. Și ciclul reîncepea. Amintirile fiecărei personalități erau strict limitate la unele părți ale vieții lui Mollie Fancher. Bolnava nu dormea niciodată.

Cazul lui Doris Fischer a fost îndelung studiat (Journal of the American Society for Psychical Research, voi. IX, X, XI) de dr. Hyslop și dr. W. E. Prince care au avut prilejul să examineze și să o îngrijească pe această tânără fată. Cinci personalități diferite i-au ocupat alternativ conștiința. Doris, bolnava, Margaret, Margaret cea care dormea, adevărata Doris și o a cincea personalitate greu definită, de altfel fără importanță și fără interes. Printre personalitățile secundare, Margaret apăruse prima în urma unui traumatism grav pe când Doris Fischer nu avea decât trei ani.

Cele cinci personalități erau diferite și distincte unele de altele ca persoane vii și autonome. Ele erau, în plus, separate de abisuri amnezice: Doris bolnava le ignora pe toate celelalte: Margaret o cunoștea pe Doris bolnava și adevărata Doris, dar o ignora pe Margaret ce dormea, aceasta în schimb le cunoștea pe cele trei personalități principale, în fine, adevărata Doris, cu toate că era considerată ca o personalitate totală, nu-și amintea de avatarurile trecute când își relua cunoștința.

După ce a supus bolnava unor mediumi lucizi care au asimilat unele dintre personalitățile secundare, și, mai ales, pe Margaret, spirite obsedante, dr. Hyslop a considerat că poate să afirme că aceste entități sunt efectiv străine de Doris Fischer.

În realitate, cu toate că aceste personalități au revelat fapte necunoscute, recunoscute ca exacte, dovadă și că Doris Fischer a fost vindecată după ce ele fuseseră gonite sau dacă se preferă, exorcizate, ele nu au fost, după cum bine s-a demonstrat de M.T.W. Mitchell (Proceeding of the Society for Psychical Research, mai 1920) decât personalități secundare intrinseci cu același titlu ca și cealaltă.

În afară de adevărata Doris, cele trei principale personalități secundare reprezentau cele trei moduri cunoscute ale conștiinței: intelectualul, emoționalul și practicul. După trăsăturile sale caracteristice, Margaret care dormea, exprima personalitatea intelectuală, neimpresionabilă, surăzătoare, calmă, logică și prevenitoare. La rândul ei, Margaret constituia personalitatea emoțională, demonstrativă, cu alternanțe bune și rele, când afectuoasă, când răutăcioasă. În fine, Doris bolnava caracteriza latura practică a mentalității lui Doris Fischer. Era femeia datoriei, suficient de rece și în întregime ocupată de muncă.»

(Paul Ștefănescu – *SPIRITISMUL*, Editura Phobos, 2005, pag.151)

Personalități multiple

«Chiar dacă unele dintre cele mai citate cazuri de regresie hipnotică s-au dovedit rezultatul fenomenului de criptomnezie, ne-am pripi dacă am respinge toate cazurile de acest gen, după cum vom arăta în capitolele următoare. Totuși, atunci când examinăm asemenea dovezi, avem de a face cu mintea omenească și cu extraordinarele ei puteri, așa că trebuie să fim înțelegători. Să luăm, de exemplu, uimitoarea abilitate a minții de a „deveni” altcineva, ca în cazul sindromului personalităților multiple. Individul care prezintă acest sindrom vorbește, se comportă și gândește ca o altă persoană, având chiar și un nume pentru personalitatea respectivă, care poate să se manifeste pe neașteptate, „posedând” trupul subiectului o perioadă, apoi să dispară, înlocuită fie de personalitatea normală a subiectului, fie de o alta. Se spune că numai în Statele Unite, de acest sindrom suferă 300.000 de persoane; unul dintre cazurile extreme este acela al Donnei Smith, căreia i s-a pus acest diagnostic la vârsta de nouăsprezece ani. Avea șaiszeci și cinci de personalități.

Au fost consemnate o mulțime de cazuri uluitoare de personalități multiple, inclusiv unul în care unul dintre personaje era alergic la pisici și avea o reacție foarte puternică dacă exista vreo pisică în apropiere. Simptomele dispăreau însă de îndată ce o altă personalitate „trecea în față”.

Lucru uluitor, într-un caz recent, câteva personalități multiple au depus mărturie sub jurământ în cadrul unui proces. Un bărbat însurat, lucrător într-un supermarket din Oshkosh, Wisconsin (SUA), a fost acuzat de viol de către o femeie de 27 de ani, pe nume Sarah, care prezenta patruzeci și șase de personalități distincte. Acuzatul a susținut că avusese consimțământul femeii. La proces, Sarah închidea ochii și făcea scurte pauze când trecea de la o personalitate la alta, la cererea procurorului Joseph Paulus. Judecătorul, Robert Hawley, i-a cerut femeii să depună jurământ ori de câte ori își schimba personalitatea, iar avocații s-au prezentat oficial fiecărei personalități în parte. Printre cele șase personalități care au depus mărturie la proces prin intermediul lui Sarah se număra și o fetiță de șase ani, „Emily”, despre care s-a spus de asemenea că fusese agresată, precum și un bărbat, „Sam”. Acuzatul, Mark Peterson, a fost găsit vinovat de agresiune sexuală fără premeditare, pentru că o violase pe „Jennifer”, o ușuratică amatoare de muzică rock, căreia îi plăcea să danseze. Verdictul a fost însă ulterior casat, pe motiv că acuzatul nu avusese parte de un proces corect, întrucât psihiatrului său nu i se îngăduise să o examineze pe reclamantă. S-a cerut revizuirea procesului, dar Peterson a fost achitat, după ce avocatul părții vătămate a arătat că un nou proces ar fi agravat boala psihică a femeii.

Într-un alt caz celebru, acela al lui Sybil Dorsett, au ieșit la iveală șaisprezece personalități foarte impresionante, printre care un zidar, un dulgher, un scriitor și un muzician. Incredibil, scriitorul și muzicianul s-au împrietenit și se manifestau în trupul lui Sybil pentru a avea lungi convorbiri și chiar pentru a asista la piese sau concerte, în timpul cărora făceau comentarii tehnice, spre nemulțumirea celorlalți spectatori. Cazul a stat la baza cărții Sybil, care a fost și ecranizată.

Posedată de un „înger”

Primul stadiu al bolii psihice de care suferea Mary Lurancy Venum părea să fie o formă tipică de sindrom al personalităților multiple, deși în 1877, când s-au petrecut întâmplările, maladia era necunoscută. Mary Lurancy Venum, din Watseka, Illinois (SUA), avea pe atunci treisprezece ani și a fost „posedată” mai întâi de o babă ursuză, apoi de un tânăr care fugise de acasă. Aflând de acest caz, un anume domn Roff a trimis familia fetei la un hipnotizator, dr. E. Winchester Stevens, care a reușit

să ajungă la „minte sănătoasă și fericită” a tinerei bolnave. Mary i-a spus că „un înger” pe nume Mary Roff voia să ia locul celorlalte două personalități - ceea ce s-a și întâmplat, doar că „îngerul” a pus complet stăpânire pe fată. Interesant este că Mary Roff fusese o persoană reală - fiica celui care trimisese familia Vennum la hipnotizator -, care murise pe vremea când Mary Lurancy Vennum avea un an. Domnul și doamna Roff au reușit să-i convingă pe părinții fetei s-o lase să locuiască cu ei (lucru deloc surprinzător, din vreme ce fata nu-i mai recunoștea). Pentru toată lumea, ea era Mary Roff - și a rămas Mary Roff timp de trei luni și zece zile, după care Mary Lurancy Vennum a redevenit stăpână pe trupul ei și s-a întors la ai săi.

Se pare că este vorba de un caz de posedare temporară (cu totul diferit de sindromul personalităților multiple), care le-a adus mângâiere soților Roff: spiritul fetei lor supraviețuia cumva și putuse trăi cu ei o vreme. Este o situație neobișnuită, dar nu unică. Există multe exemple moderne, inclusiv cazuri în care posedarea pare să fi rămas permanentă.

Straniul caz al Sumitrei

Așa s-a întâmplat, de exemplu, cu Sumitra Singh, o tânără măritată care locuia cu socrii ei în satul Sharifpura, din districtul Farrukhabad, Uttar Pradesh (India). Sumitra se căsătorise cu Jagdish Singh în 1981, la vârsta de numai treisprezece ani, și adusese pe lume un fiu în luna decembrie a anului următor. Dar, la două-trei luni după naștere, femeia a început să sufere de crize în timpul cărora părea că intră în transă și vorbește ca altcineva. Persoanele care păreau să vorbească prin intermediul ei erau o zeiță pe nume Santoshi Ma, o femeie din același sat, pe nume Munni Devi, care murise înecată, și un bărbat rămas neidentificat, dintr-un alt stat. Apoi, pe 16 iulie 1985, pe când era posedată de zeiță, Sumitra a prezis că va muri peste trei zile - și exact așa s-a întâmplat. Familia ei și sătenii au fost martori la moartea ei, survenită pe 19 iulie; dar, după ce a rămas, aparent, fără viață și fără puls timp de patruzeci și cinci de minute, iar rudele îndurerate începuseră să pregătească ceremonia funerară, Sumitra a înviat.

S-a uitat în jur, arăta nedumerită și părea că nu recunoaște pe nimeni. A doua zi a explicat și de ce. Nu mai era Sumitra. Se numea Shiva, era mamă a doi copii, trăise în Dibiyapur și fusese ucisă de familia soțului ei. Povestea că, în timpul unei altercații, cumnata ei o lovise cu o cărămidă, iar familia îi cărase trupul pe o cale ferată, ca să pară că a murit călcată de tren. Treptat, au ieșit la iveală noi și noi amănunte despre viața Shivei, inclusiv numele tatălui ei și faptul că fusese profesoară și trăise la Etawah.

Cel mai supărător lucru pentru toată lumea era că Sumitra refuza să-și recunoască soțul și fiul, și cerea insistent să se întoarcă la cei doi copii ai ei. La început, familia Sumitrei a crezut că femeia și-a pierdut mințile, apoi a ajuns la concluzia că era posedată de un spirit. Nu au încercat să-i verifice declarațiile. În cele din urmă, Sumitra a acceptat să-și reia relațiile normale cu soțul ei și să se ocupe de copil, dar a continuat să susțină că este Shiva.

Dr. Satwant Pasricha, cea mai cunoscută cercetătoare indiană în domeniul reîncarnării, a aflat de acest caz în noiembrie 1985 și, după trei săptămâni, a început să-l investigheze. A descoperit astfel că, de când își schimbase personalitatea, Sumitra începuse să li se adreseze celor din familie mai politicos, se îmbrăca altfel și citea și scria în hindi cu mai multă ușurință decât până atunci. Cu trei luni înainte de vizita lui Satwant Pasricha în satul Sumitrei, un profesor de la un gimnaziu din Etawah, Ram Siya Tripathi, a cărui fiică măritată murise la Dibiyapur, a aflat de zvonul că fiica lui se renăscuse în Sharifpura și a vrut să se convingă, însoțit de Baleshwar Prasad, unul dintre unchii din partea mamei ai Shivei, el a ajuns la Sharifpura în octombrie 1985 și s-a prezentat la ușa socrilor Sumitrei. Cei doi au fost

poftiți înăuntru, și se spune că Sumitra l-a recunoscut imediat, i-a spus „tăticule”, așa cum făcea Shiva, și a izbucnit în plâns. L-a recunoscut și pe Baleshwar Prasad și a identificat încă paisprezece persoane din fotografiile aduse de cei doi bărbați. Vizita l-a convins pe Ram Siya Tripathi că Sumitra avea amintiri de la fiica lui, așa că i-a rugat pe socrii Sumitrei să le permită ei și soțului ei să vină a doua zi la Etawah. Aici, femeia i-a recunoscut și pe ceilalți membri ai familiei Shivei care nu apăreau în fotografii - încă opt persoane -, inclusiv pe un unchi căruia i-a spus corect pe nume, precizând că stă la Kanpur. Într-adevăr, acolo locuise și lucrase acesta pe când trăia Shiva, dar între timp se mutase la Etawah.

Shiva fusese o femeie educată, absolventă de facultate, și probabil că educația ei superioară și purtarea ei civilizată provocaseră fricțiuni cu familia soțului ei, cu care locuia. Cert este că avusese o altercație gravă cu socrii, după ce aceștia refuzaseră s-o lase să se ducă la nunta unui membru al familiei surorii ei. A doua zi, pe 19 mai 1985 (avea pe atunci douăzeci și doi de ani), trupul i-a fost găsit pe terasamentul căii ferate, iar familia soțului ei a declarat că femeia se aruncase în fața trenului. Pe la ora 11, trupul ei fusese incinerat. Poate că se sinucisese, dar existau acum bănuieli că fusese omorâtă, așa că Ram Siya Tripathi a cerut efectuarea unei anchete judiciare. Unii sceptici ar putea spune că Sumitra sau familia ei putuseră afla din presă despre moartea violentă a Shivei, dar asta nu explică cele șaisprezece detalii verificate despre Shiva și familia ei, care nu apăruseră în vreun articol publicat.

Numai timpul va spune dacă Shiva a pus cu totul stăpânire pe trupul Sumitrei și dacă sufletul Sumitrei a plecat într-o alții dimensiune sau s-a reîntrupat. Dintr-un punct de vedere spiritual însă, nu contează dacă avem de a face cu un caz de reîncarnare sau de posedare. Indiferent de explicația acceptată, este o dovadă deloc neglijabilă că fiecare dintre noi are un spirit care supraviețuiește morții fizice într-o formă ce-i permite să păstreze, de la un trup la altul, amintiri și emoții dintr-o existență anterioară.»

(Roy Stemman – *REÎNCARNAREA, Povestea vieților trecute*, Editura Polirom, 2005, pag. 135)

Tulburarea disociativă de identitate

«Unul dintre cele mai faimoase cazuri de personalitate multiplă este acela al lui Chris Sizemore, ale cărui personalități alternative - Eve White, Eve Black și Jane - au fost înfățișate în filmul *Cele trei chipuri ale Evei* (Tigpen și Cleckley, 1957) și descrise mai târziu, pe larg, în autobiografia sa, *Eu sunt Eva* (Sizemore și Pittillo, 1977). Un alt caz foarte bine studiat este acela al lui Jonah, un băiat de 17 ani care a fost internat într-un spital în urma unor grave dureri de cap, care erau adesea urmate de pierderi de memorie. Personalul de la spital a observat schimbări puternice în personalitatea sa în diferite zile și medicul psihiatru care se ocupa de el a detectat trei identități secundare distincte. Structurile de personalitate relativ stabile care au ieșit la iveală pot fi caracterizate după cum urmează:

Jonah: Personalitatea primară. Timid, retras, politicos și foarte convențional, el este desemnat ca „cinstitul”. Speriat uneori și confuz în timpul interviurilor, Jonah nu este conștient de celelalte personalități.

Sammy: El are cele mai intacte amintiri: Sammy poate coexista cu Jonah sau îl poate elimina pe Jonah pentru a-l înlocui. El susține că este pregătit atunci Jonah are nevoie de consiliere juridică sau are probleme; el este desemnat ca „mediatorul”. Amintirile lui Sammy încep de la 6 ani, când mama lui Jonah l-a înjunghiat pe tatăl său vitreg și Sammy i-a convins pe părinți să nu se mai lupte niciodată din nou în fața copiilor.

King Young: El a apărut când Jonah avea 6 sau 7 ani, pentru a consolida identitatea sexuală a lui Jonah după ce mama sa îl îmbrăcase ocazional în haine de fete, iar

Jonah devenise confuz în privința numelor de fete și de băieți. King Young s-a ocupat de interesele sexuale ale lui Jonah începând de atunci; de aceea el este desemnat ca „iubitul”. Este doar foarte puțin conștient de celelalte personalități.

Usoffa: O persoană rece, beligerantă și furioasă, Usoffa este capabil să ignore durerea. El este dedicat datoriei de a avea grijă și de a-l proteja pe Jonah; de aceea este numit „războinicul”. El a apărut la 9 sau 10 ani, atunci când o bandă de băieți l-a bătut de Jonah fără provocare. Jonah a fost lipsit de ajutor, dar Usoffa a apărut și a luptat din greu împotriva atacatorilor. Și el este doar în mică măsură conștient de celelalte personalități.

Aceste patru personalități testate au prezentat rezultate foarte diferite în ceea ce privește măsurătorile legate de teme foarte încărcate din punct de vedere emoțional sau au obținut, în general, punctaje asemănătoare la teste relativ lipsite de emoții sau conflicte personale, cum ar fi testele de inteligență sau de vocabular.

După ce indivizii descoperă că, prin crearea unei alte identități, se eliberează de suferința emoțională, sunt înclinați să mai creeze alte personalități atunci când sunt confrunțați cu probleme emoționale. Astfel, Jonah a fost bătut de un grup de băieți la vârsta de 10 ani și a creat o altă personalitate, Usoffa Abdulla, pentru a se ocupa de această problemă. Sammy (mediatorul) a apărut atunci când Jonah a trebuit să facă față atacului mamei sale împotriva tatălui său vitreg.

Unii pacienți cu tulburări disociative de identitate sunt atât de obișnuiți să se apere împotriva problemei prin intermediul unei personalități alternative, încât continuă să proceseze de-a lungul copilăriei, creând noi personalități ca reacție la noile probleme, și pot sfârși prin a avea o duzină sau chiar mai multe personalități diferite (Putnam, 1991).»

(Atkinson & Hilgard – *Introducere în psihologie*, Editura Tehnică, 2005, pag.818)

MODELUL TRINITAR AL PSIHICULUI

«Fiindcă, dacă mă rog în altă limbă, duhul meu se roagă, dar mintea mea este fără rod. Ce este de făcut atunci ? Mă voi ruga cu duhul, dar mă voi ruga și cu mintea ; voi cânta cu duhul, dar voi cânta și cu mintea.» (1 Corinteni 14.14,15) ;

«...și duhul vostru, sufletul vostru și trupul vostru să fie păzite întregi, fără prihană...» (1 Tesaloniceni 5.23)

Abordarea predominant *statistică* a psihologiei introduce rigoare în studiile științifice, dar tinde să minimalizeze *intuiția* și *introspecția*, care sunt indispensabile psihoterapeuților și consilierilor. Poate de aceea s-a căscat o prăpastie între cele două domenii ale psihologiei și chiar tendințe de separare oficială (în învățământul universitar din S.U.A.). Matematizarea excesivă a psihologiei științifice a dus și la o plafonare a creativității în acest domeniu, unde actualmente cam totul se „reciclează”. Este evident că psihicul uman se supune și altor reguli de funcționare decât celor algoritmice.

Apariția psihologiei transpersonale a relansat inovația și descoperirea în psihologie. Ea se bazează pe o nouă paradigmă, în care vechile concepte sunt reanalizate critic și sunt încurajate altele noi, mai capabile să explice misterele psihicul uman.

În cele ce urmează propunem un model trinitar al psihicului uman foarte simplu, dar care clarifică și unifică conceptele psihologiei, filosofiei și esoterismului:

CELE TREI INSTANȚE: MINTE, CONȘTIINȚĂ, SPIRIT

MINTEA este studiată de psihologie și de neuroștiințe. În general, savanții au plecat de la ipoteza materialistă că mintea ar fi un produs al creierului („o secreție cerebrală”). Pe această bază, s-au obținut multe corelații între tipurile de gânduri-sentimente și zonele din creier activate. Această ipoteză nu rezistă însă la evidențele clinice în care mintea poate funcționa relativ normal chiar dacă structurile cerebrale asociate au leziuni anatomice. S-a tras atunci concluzia că funcțiile minții sunt distribuite în *toată* structura creierului, după niște legi necunoscute deocamdată.

În ultimii ani, s-a acceptat ideea că mintea nu poate fi identificată cu creierul biochimic, ci cu energia electromagnetică a creierului (mintea nu ar fi substanță, ci energie și informație), ceea ce schimbă radical viziunea

științifică. S-ar părea că, mai degrabă, există o întrepătrundere și influență reciprocă între minte (câmpul info-energetic) și creier.

În ciuda eforturilor de investigare cu mijloace tot mai sofisticate, nu s-a putut totuși trage absolut nici o concluzie cu privire la **CONȘTIINȚĂ** (ce este conștiința, unde este amplasată etc.). Din lipsa altor variante, psihologia și științele creierului aproximează Conștiința ca fiind o *funcție avansată a minții*, fără a putea însă demonstra această ipoteză.

SPIRITUL este o entitate postulată de toate religiile și mișcările spirituale ca fiind diferită de mintea omenească. Spiritul este acea parte a psihicului pe care doctrinele spirituale o consideră a fi temeiul psihicului, cel care supraviețuiește morții creierului. Prin urmare, spiritul poate trăi temporar în psihicul uman, ulterior morții continuându-și existența, independent, într-o altă dimensiune spirituală, fără limită de timp.

Existența autonomă a spiritelor după moartea corpului este atestată științific de experimentele spiritiste, iar în ultimii ani de fotografiile în care apar globuri luminoase ("orbs") – care reprezintă aurele spiritelor.

În general, doctrinele spirituale și esoterice introduc Conștiința umană tot în cadrul Minții - care este opusă Spiritului - dar ele nu intră în detalii. Pentru spiritualitate contează în primul rând să separe tendințele naturale, omenești, de cele spirituale. Sunt astfel descrise perechile opuse Ego-Sine, Minte-Spirit, Om-Duh etc., punându-se accent pe latura morală.

Deoarece Conștiința poate examina detașată conținuturile Minții (ceea ce este chiar o tehnică de autocontrol mental în unele practici spirituale), de aici deducem că cele două instanțe nu pot fi decât diferite între ele.

Prin urmare, în modelul trinitar propus de noi, CONȘTIINȚA este un element distinct și intermediar între Minte și Spirit. Modelul nostru împacă abordarea psihologică cu cea teologică. Susținem că spiritualitatea are nevoie de aceeași bază teoretică ca și știința psihologiei. CONȘTIINȚA este tocmai veriga lipsă dintr-un posibil model unic și general al psihicului uman.

Conștiința a fost dintotdeauna dilema psihologiei și nu va putea fi explicată niciodată de teoriile materialiste (ce invocă în prezent ipotezele de lucru ale neuroștiințelor). Și din punct de vedere religios, Conștiința ar fi totuna cu omul, cu slăbiciunile sale mentale și comportamentale – ceea ce iarăși nu este o perspectivă fertilă pentru avansul teoretic în știința psihicului.

O altă eroare comună a unor spiritualiști ar fi considerarea Minții ca fiind identică cu Spiritul „adormit” (conștient doar la lumea fizică), Spirit care și-a pierdut memoria cosmică divină și se identifică exclusiv cu omul. Este adevărat că Spiritul are o inteligență proprie, comparabilă cu a Minții. Dar Spiritul încarnat nu își pierde decât parțial amintirile vieții sale eterne. Ieșirile nocturne ale Spiritului sunt ca o gură de oxigen care îi

reîmprospătează amintirile și puterea de a se reîntoarce în cochilia umană. Ar fi o condamnare cumplită pentru el să nu poată părăsi creierul timp de 70-80 de ani, cât este durată medie de viață a omului. Mentea și Conștiința habar nu au de aventurile Spiritului plecat în voiajul său astral.

Prin urmare - conform datelor științifice, esoterice și cazuisticii transpersonale - modelul trinitar al psihicului este format din trei elemente: Mentea, Conștiința și Spiritul.



Schema psihicului uman trinitar

DETALIEREA MODELULUI TRINITAR

Conform datelor spiritologice, Conștiința este o parte autonomă din „perispirit” (straturile de energie care înconjoară Spiritul). *Dacă Spiritul ar fi un foc, Conștiința ar fi o scânteie din el. Dacă Spiritul ar fi un foc, Dumnezeu ar fi Soarele din care provine.*

Prin urmare, Conștiința umană are aceleași calități ale Spiritului de a fi conștient, a avea voință proprie, a avea simțul identității. Conștiința este un fel de „mini-Spirit”.

În momentul morții, Conștiința se reunește cu Spiritul din care provine, părăsind definitiv corpul fizic și refăcând unitatea de conștientă, identitate și gândire. În mod similar, la finalul unei evoluții spirituale cu o durată imposibil de evaluat, Spiritul se unește cu Dumnezeu. Această unire se poate numi, dacă dorim, „Nirvana” și semnifică dizolvarea voinței și identității proprii în acelea ale lui Dumnezeu, fără a-și pierde însă conștienta și experiența acumulată. *Focul continuă să ardă când este readus în Soare.*

Mentea este destinată să controleze și să conducă corpul prin intermediul creierului, pentru a-l integra în realitatea fizică. În același timp, mintea este un receptacul și emițător al ideilor și afectelor care plutesc în spațiul subtil, în lumea astrală.

Deci, noi, oamenii, „suntem” Conștiința, care își proiectează raza sa de lumină ori asupra Minții, ori asupra Spiritului. Prima direcție se numește „ego” și cea de-a doua, „Sine”. Sinele este sursa moralității, credinței în Dumnezeu, compasiunii și altor calități nobile ale ființei umane. Vom avea un ego până la moarte. Nu îl putem anihila (cum pretind în mod exagerat unele căi spirituale), dar putem să-i reducem treptat influența autoritară asupra Conștiinței. Pentru aceasta, trebuie să ne amplificăm legătura dintre Conștiință și Spirit și să ne purificăm Mentea de gândurile grosiere și nocive. Aceasta este menirea universală a

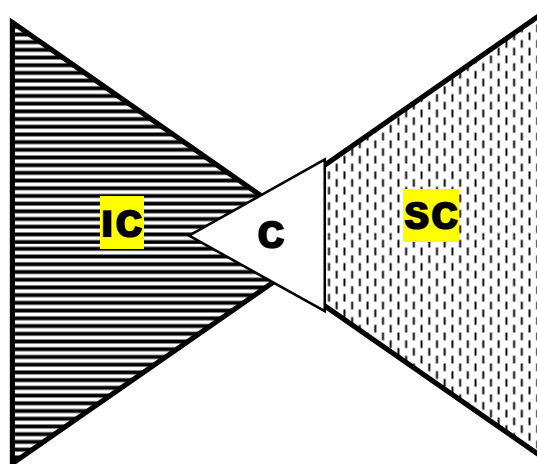
omului: să mărim controlul Spiritului asupra materiei, prin intermediul Conștiinței.

Conștiința este punctul de echilibru dintre Mintea materială efemeră și Spiritul imaterial etern, este sediul deciziilor și al liberului arbitru (pe când Mintea este supusă influențelor exterioare și propriilor automatisme). Toate căile spirituale proclamă apropierea omului de Spiritul său, ceea ce are ca efect diminuarea egoismului. Cum tendința *naturală* a Conștiinței este de a se lipi de Minte, tendința *spirituală* ar fi reorientarea atenției către sursa conștiinței: Spiritul uman.

Am descris mai devreme cum Conștiința este chiar o parte detașată din Spirit. Dacă ar fi fost o parte din Minte (cum presupun în mod eronat unii savanți), omul nu ar fi putut să se autoanalizeze (proces prin care Conștiința observă Mintea, până acolo încât poate vedea gândurile venind sau chiar să le oprească a intra în ea!) și, mai mult, nu s-ar fi putut apropia de Spirit. Spiritul nu se poate lega direct de Minte, pentru că sunt alcătuite din „materii” prea diferite. Pentru aceasta au nevoie de intermedierea Conștiinței – o structură de origine pur spirituală, dar special adaptată pentru a fi strâns și permanent legată de Minte. *Conștiința ar putea fi considerată un fel de ambasador permanent al Spiritului în țara Minții.*

Într-o altă abordare, strict **psihologică**, triada Minte-Conștiință-Spirit poate fi altfel denumită Inconștient-Conștient-Supraconștient. *Inconștientul ar fi un fel de vulcan imprevizibil, iar Supraconștientul ar fi un fel de aisberg, al cărui vârf vizibil este Conștientul (păstrăm analogia făcută de Freud, dar adaptată la datele acestui model).* Conștientul este un minuscul punct de joncțiune și echilibru între doi giganți. Conștientul nu are forța necesară să controleze în totalitate Inconștientul, ci o poate face doar prin apelul la contrapartea acestuia, Supraconștientul, de gabarit și putere comparabile.

A nu se confunda Supraconștientul cu „Supraegoul” definit de Freud (care aparține tot structurilor mentale)!



Modelul psihic trinitar: InConștient - Conștient - SupraConștient

Mintea este în totalitate inconștientă, dar inteligentă (precum un computer performant). Conștientul are acces la unele informații sau procese mentale, care devin astfel *conștiente și controlabile*. Dar ce rol are Supraconștientul?

ROLURILE SPIRITULUI

Visul este un *mister* pentru neuroștiințe, dar, în modelul nostru trinitar, clarifică rolul fiecăreia din cele trei instanțe, devenind un *revelator* al psihicului. Pentru scopurile acestei lucrări didactice, nu vom considera drept „vis” stările hipnogogice (reverie, adormire, trezire), deși au unele elemente comune.

Conform teoriei spiritologice, în timpul somnului, Spiritul pleacă din corp spre lumea din care provine, realitatea spirituală. În acest timp, Conștiința rămâne în creier, pentru a semnaliza eventuale pericole și momentul când ar fi nevoie ca Spiritul să se întoarcă grabnic, pentru trezire.

În timpul somnului fără vise, Mintea se odihnește, netransmițând nici un semnal către Conștiință; omul este „inconștient”.

În timpul visului, Mintea este la fel de activă ca în timpul stării de veghe, ceea ce intrigă lumea științifică. Totuși, Mintea este ruptă de lumea exterioară, fiind repliată în sine, măcinând doar conținuturile mentale proprii, care sunt prezentate Conștiinței drept „vis”; omul nu este nici inconștient, nici conștient, ci „visează”.

În lipsa Spiritului, Conștiința are limitări clare:

- Nu realizează faptul că visul nu este realitate (de fapt, Conștiința trăiește foarte intens noua realitate virtuală, dar neintegrată în realitatea concretă);
- Nu are suficientă putere de voință pentru a dirija activitatea minții (uneori stările emoționale sunt mult mai intense decât în starea de veghe);
- Nu poate memora visul (dacă ar fi altfel, ne-am aminti la trezire toate visele, în detaliu);
- Nu are memoria identității sale umane complete, ci manifestă doar fărâme disperate de personalitate.

Din aceste limitări rezultă și care sunt calitățile proprii Spiritului, rolul său esențial în integrarea omului în mediul înconjurător fizic.

În lipsa Spiritului, tandemul Minte-Conștiință are o activitate vegetativă, în care percepțiile senzoriale sunt ocazionale, iar activitatea mentală nu este ordonată.

Când Spiritul revine în corp, omul „se trezește”, aceasta însemnând că:

- Omul își amintește cine este, îi revine memoria sa ca persoană aflată în realitatea fizică;

- Minteă dobândește abilitatea de a memora rămășițele visului;
- Minteă își recapătă percepțiile externe, care fuseseră amorțite pe timpul somnului;
- Omului îi revine voința atotputernică și toate facultățile intelectuale.

Cât de liber este omul?

Odată cu întruparea într-un corp omenesc, Spiritul are capacitatea de a se divide, o mică parte din el devenind Conștiință umană, care capătă o *relativă autonomie*. Este *autonomă* (adică cu o identitate proprie), fiindcă aceasta este calitatea de bază a Spiritului divin, care este moștenită și de Conștiință. Autonomia sa este *relativă* pentru că, așa cum tocmai am arătat, nu poate funcționa complet în lipsa Spiritului (când ea parcă se comportă ca un „zombi”).

Putem deci să înțelegem diferența majoră care există între Conștiință și Spirit, lucru care ar trebui să ne facă ceva mai smeriți, mai ascultători față de dorințele Spiritului nostru. Dacă, atunci când Spiritul este în corp, totul pare simplu și ușor pentru Conștiință (*așa cum copiii sunt obraznici cu străinii dacă se simt ocrotiți de prezența părinților*), în schimb, în somn Conștiința este redusă la rolul de „paznic de noapte”, neputincioasă față de activitatea haotică a Minții.

Smerenia spirituală este un efect normal al înțelegerii acestei taine a psihicului uman. Chiar dacă omul ar avea parte de stări de conștiință modificată (transă extatică), în care Conștiința sa este purtată în zone înalte, divine, accesibile doar Spiritului, omul nu trebuie să uite că, atâta timp cât mai respiră aerul acestei planete, el încă nu este complet desprins de materialitate și de limitările inerente acesteia.

Lumina Spiritului face posibilă starea de veghe a omului.

În lipsa influenței Spiritului, omul vegetează inconștient.

Și tot Spiritul inspiră uneori visul.

Cum face Spiritul posibil visul?

Odată detașat din închisoarea corporală, Spiritul își păstrează legătura info-energetică cu Conștiința (prin ceea ce în esoterism se numește „cordonul de argint”). Visul este un produs al Minții. Uneori ea reacționează la informațiile și energia trimisă ei de Spirit, în mod periodic (cam la un interval de 90 de minute, noaptea). Spuneam mai devreme că Minteă habar nu are de voiajele astrale ale Spiritului; iată că ceva-ceva tot află - mulțumită transmisiei energo-informaționale -, deși îi este foarte greu să o descifreze, făcând-o cel mult sub forma viselor simbolice sau fără noimă.

Cercetările au demonstrat că somnul fără vise odihnește mai mult corpul (prin pasivitate totală și realimentare cu energie eterică, ceva mai brută), pe când somnul cu vise este indispensabil pentru odihna psihică (probabil și mulțumită energiei mai rafinate trimise chiar de către Spiritul aflat momentan în alte dimensiuni ale universului).

Conștiința este o parte din Spirit, dar cât de mare?

Există oameni care visează lucid, putându-și dirija visul la voință și amintindu-și-l integral. În cazul lor, Conștiința conține o mai mare cantitate din energia perispiritului, ceea ce îi permite anumite performanțe, chiar și în lipsa Spiritului din corp.

În general, se poate afirma că apținuturile extrasenzoriale native se întâlnesc la oamenii cu o Conștiință puternic energetică, cu alte cuvinte, care a împrumutat de la Spirit o mai mare cantitate de energie spirituală. Aceste abilități se pot obține și prin antrenament mental, dar rezultatele sunt greu de obținut și inferioare celor obținute de subiecții supradotați din naștere.

Spiritul este cel care decide câtă energie va investi, din propria rezervă, în Conștiința corporală, optimizată pentru misiunea sa în viața curentă. Riscul unei investiții prea mari ar fi că Conștiința devine mai greu de controlat de către Spirit, ea căpătând mai multă „personalitate”. Riscul unei investiții prea mici ar fi lipsa puterii de voință a Conștiinței, capacității sale de control asupra Minții, rezultând un om cu o fire mai slabă.

Acest subiect, al procentului energetic cedat de Spirit pentru actuala încarnare, este relatat pe larg de către celebrul hipnoterapeut transpersonal dr. Michael Newton ¹.

KARMA ESTE A SPIRITULUI, SUFERINȚA REVINE OMULUI

Spiritul mai joacă un rol important pentru om: transmite karma și zestrea de experiențe din viețile trăite de El anterior în alte trupuri. Acest lucru poate fi deseori jenant sau chiar dureros pentru omul actual, fiindcă destinul și viața sa sunt obligatoriu corelate cu această karmă (pedepse, aspirații, sensibilități, talente, recompense).

Omul obișnuit nu are de unde cunoaște istoricul Spiritului și i se poate părea neverosimilă ideea de reîncarnare. De fapt, nu omul se reîncarnează, ci Spiritul său. Iar, dacă acceptăm acest concept, ne vom întreba, pe bună dreptate: *ce vină avem noi pentru accidente și greșelile altor oameni, care au trăit cu zeci sau sute de ani în urmă?* Privind lucrurile strict din punctul de vedere al omului neștiutor și nevinovat, i s-ar putea răspunde înțelept că aceasta este un fel de plată pentru imensul serviciu pe care i-l face Spiritul: viața. Fără Spirit, omul nu poate exista. Nu are de ales.

Iar dacă omul nu este mulțumit de karma pe care i-o aduce Spiritul său, atunci el ar putea face următorul raționament „umanist” (am folosit ghilimele pentru că, de fapt, legea karmei este cât se poate de inumană, automată și, deseori, dură): *„Un om ca și mine a trăit acum 100 de ani care, neținând cont de dorințele și semnalele Spiritului, a „păcătuit” cu nesaț. Din cauza lui, eu sufăr acum, pe nedrept. Dacă nici eu nu voi ține cont de înțelepciunea Spiritul meu, cu siguranță că, peste 100 de ani, un*

¹ <http://www.spiritualregression.org/>

alt om, în care va fi încarnat același Spirit, va continua lanțul acestor suferințe și se va lamenta ca și mine acum, poate chiar mai rău.” Prin urmare, moartea omului nu anulează pedeapsa, ci doar o amână.

Numai omul, prin faptele și gândurile sale, poate să anihileze suferința, chiar dacă nu a generat-o el. Să nu greșești prea grav față de semenii nu este așa greu. Cheia este să păstrezi calea de mijloc, moderația, pentru a te bucura de ofertele vieții terestre, fără însă a-ți periclita viitorul ca om sau ca Spirit. Buddha spunea cam așa: «**Când nu răspunzi (mental, afectiv) unui rău, tot atâta rău moare în lume** (pentru că nu-l perpetuezi întâi prin reacția ta interioară și apoi exterioară).» Aceasta nu înseamnă neapărat lipsa de reacție exterioară, căci înțeleptul acționează, chiar intens, dar obiectiv, cu o anumită detașare lăuntrică de interesele personale, egoiste, orgolioase, influențele viscerele etc.

Câtă suferință poate răbda un om?

Depinde de mulți factori, dar cel mai important este măiestria Spiritului de a-i dirija gândurile, sentimentele, forțele fizice înspre victoria asupra tuturor vicisitudinilor. Acesta este poate rolul cel mai tainic și definitoriu al Spiritului din perspectiva interesului uman. Influența Spiritului asupra Conștiinței este nesesizabilă, așa cum nu apreciem lumina zilei decât când ne cuprinde întunericul nopții. Dar această influență ne oferă practic personalitatea de bază și inspirația de a acționa conform intereselor superioare (prin care toți oamenii, și alte vietăți, să aibă de câștigat), conform legilor armoniei divine universale.

Nu numai karma individuală este de vină, ci și răutatea oamenilor din jur (aceasta ar putea fi botezată uneori drept „karma colectivă”). Dar întotdeauna este implicat și liberul-arbitru al ființelor umane, chiar foarte mult! După cum proclamă la unison înțelepții tuturor epocilor, viața pe Pământ este plină de durere. Putem spera și lucra pentru anihilarea suferinței viitoare, așa cum am spus, dar răbdând prezentul. Iar prezentul este într-o continuă prefacere, supus energiei modelatoare a Timpului. Nimic nu stă pe loc, totul se schimbă neîncetat. Omul modern, grăbit și nemulțumit, trebuie să reînvețe a folosi energia omnipotentă a Timpului.

Durerea fizică ne avertizează față de agresiunile periculoase pentru integritatea și funcționalitatea *trupului*. Similar, durerea sufletească protejează *corpul spiritual* de degradare. Suferința are sens și utilitate pentru Spirit, după cum scrie celebrul autor Eckhart Tolle: «Egoul spune: „N-ar trebui să sufăr”, iar gândul vă provoacă și mai multă suferință. Adevărul este că trebuie să acceptați suferința, tocmai pentru a o putea transcende. Suferința are un scop nobil: evoluția conștiinței și arderea egoului. Omul de pe cruce reprezintă o imagine arhetipală. »

Și, în final, o rugăciune inspirată: «Dă-mi, Doamne, **putere** să schimb ceea ce pot schimba, **răbdare** să suport ceea ce nu pot schimba, și **înțelepciune** să deosebesc cele două situații! »

24 iunie 2009

DESPRE EGO-UL UMAN

Rolul fundamental al ego-ului (prevăzut de înțelepciunea naturii) este cel de a asigura integritatea fizică, funcționalitatea și autonomia individului uman. Acest rol se învață în primii ani ai copilăriei, când se dezvoltă și se întărește ego-ul. Prin urmare aspectul pozitiv al său este legat de propriul corp, respectiv verbul „A FI”. Această asociere eu-corp nu poate fi distrusă. Teama de moarte este universală.

Există însă și excepții, cum ar fi binecunoscuta sinucidere comandată a lui Socrate, care a băut otrava fără nici o ezitare. O altă excepție ar fi celebra sfântă a Indiei, Ananda Moyi Ma, care manifesta o atât de mare detașare de corpul său fizic, încât trebuia să fie hrănită de discipolii săi, asemeni unui copil mic. Iar exemplele pot continua...

De-a lungul timpului imemorial, oamenii au extins însă inconștient rolurile ego-ului, depărtându-se de scopul divin al acestuia. S-a dezvoltat astfel „egoismul”, în sensul său negativ, mai ales în conexiune cu verbul „A AVEA”. Oricine știe cât de nefast poate fi egoismul, mai ales atunci când ne lovim de el la alții. Dar el are efecte negative chiar asupra propriei persoane. Deși ego-ul avea rolul de a ne feri de suferințe (prin auto-conservare), excesul de ego, paradoxal, ne face să suferim (mai ales sufletește), dar în forme despre care ego-ul - exacerbat și „orb” - nu înțelege că i se datorează chiar lui.

Încă din antichitate, înțelepții ne avertizează asupra acestei probleme alunecoase. Este „alunecoasă” pentru că natura ne-a înzestrat cu un ego, iar educația copilăriei ni l-a întărit, dar în calitatea noastră de ființe superioare, ar trebui să îi limităm influența. *Cum?* Mulți maeștri și învățători oferă căi de conștientizare a acestuia, care astfel, în mod automat, își diminuează treptat forța. Procesul nu este unul imediat, ci de durată. Avem nevoie de răbdare cu noi înșine, să ne descoperim slăbiciunile și să nu ne identificăm cu ele.

O pildă remarcabilă ne dă Maestrul Paramahansa Yogananda, arătând că maeștrii își țin ego-ul sub controlul strict al Spiritului. Într-o zi, Maestrul intră într-o dugheană pentru a cumpăra obiecte necesare ashramului pe care îl conducea. Se târgui mult, până obține un preț foarte bun. Apoi însă, văzând că aspectul general al magazinului trăda sărăcie, se înduioșă și îi plăti vânzătorului mai mult decât ceruse acesta la început. Vânzătorul fu copleșit de bunătatea Maestrului și recunoscă în el Mâna lui Dumnezeu.

Cine este „ego-ul” și cine sunt „eu”? O abordare obișnuită a celor care îl studiază este considerarea ego-ului ca fiind o structură mentală parazită, care provoacă nenumărate dificultăți manifestării adevăratului Sine. Concluzia pripită ar fi aceea că ego-ul ar trebui distrus, pentru că este un parazit. O asemenea abordare cred că nu este eficientă

pentru foarte mulți oameni. Nu e nevoie să ne încrâncenăm în lupta cu el, ci dimpotrivă. Ego-ul se va diminua dacă ne detașăm conștient de el și mobilurile sale, lăsându-i însă dreptul la existență.

În cele ce urmează, vă propun un model teoretic care explică structura psihicului uman, unde poate fi inclus conceptul de „ego” și cum poate fi el depășit practic.

MODELUL TRINITAR ȘI LOCUL EGO-ULUI

Modelul trinitar al psihicului atestă existența a trei instanțe inteligente, anume Minte, Conștiința și Spiritul. Conștiința este entitatea psihică cea mai simplă, cu trei componente: Eu, Voință, Atenție. „Eu” este simțul identității proprii. „Voința” este puterea de control asupra obiectelor mentale (percepții, afecte, idei). „Atenția” este calitatea de a sesiza obiectele mentale. Voința și Atenția lucrează în tandem (de tip Yang-Yin), prima fiind aspectul emisiv, de control, iar a doua aspectul receptiv, senzitiv.

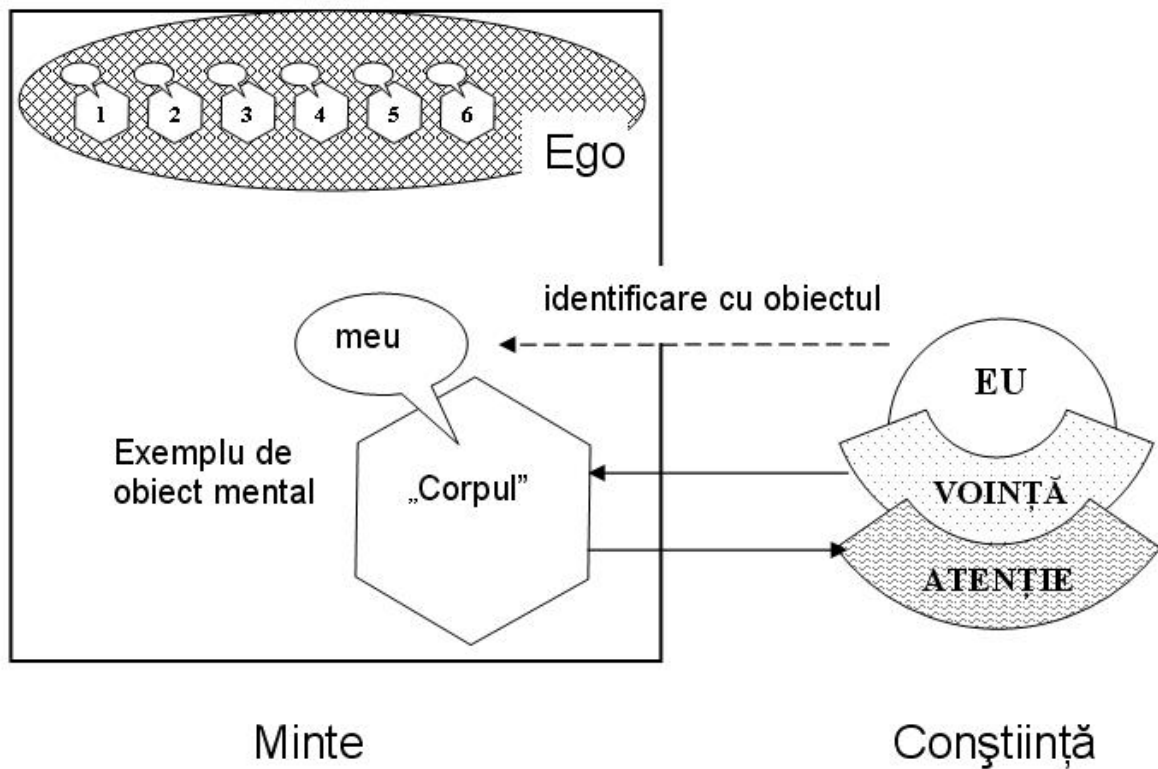
Eu-l este independent de celelalte două componente, ceea ce face posibilă atât apariția ego-ului (I), cât și transcenderea sa (II). Conform modelului trinitar, cele trei orientări principale ale conștiinței umane sunt (vezi și desenele de mai jos):

I – Orientarea **egotică** (obișnuită la 98,99% dintre oameni). Conștiința conferă obiectelor mentale eticheta de „Eu”, iar ele se reunesc, prin aceste etichete similare, sub numele de „Ego”.

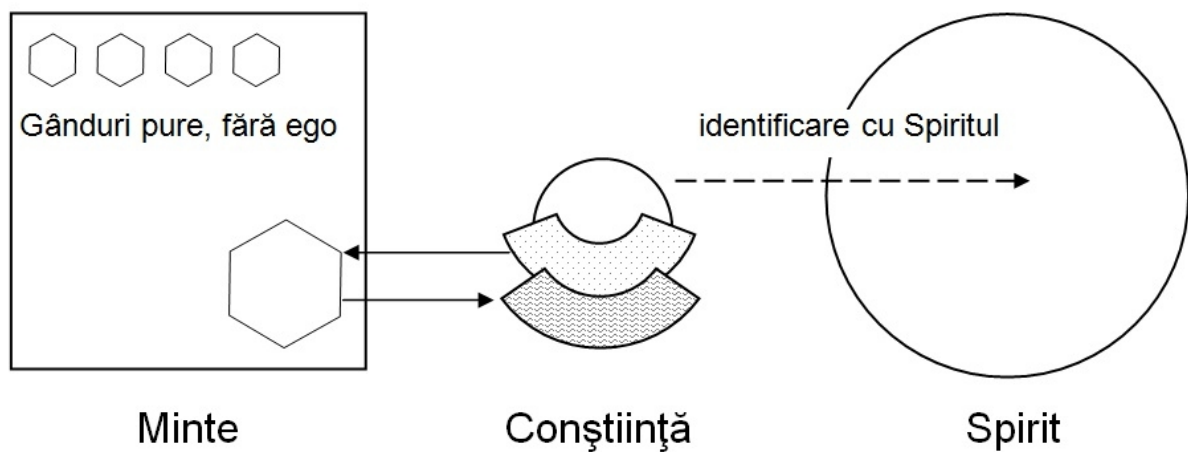
II – Orientarea **înțeleaptă**, detașată de egoism (realizabilă de 1% dintre oameni). Starea de înțelepciune și de non-atașament. Conștiința este „martorul detașat al obiectelor mentale”.

III – Orientarea **mistică**, de absorbție totală în realitatea divină (realizabilă de 0,01% dintre oameni). Transa extatică. Conștientizarea exclusivă a realităților spirituale, perceperea directă a prezențelor „astrale”.

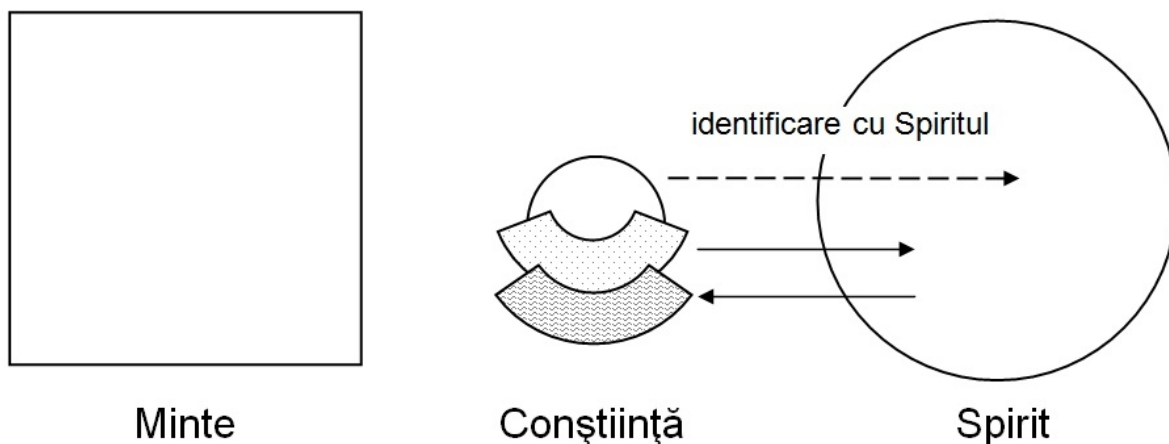
Procentele sunt estimative și optimiste, având doar un rol de ilustrare și de încurajare. Oamenii baleiază în timp de la o orientare la alta. Cu alte cuvinte, viața omului este o combinație din primele 2 (sau chiar toate 3) orientări de conștiință. Depinde de fiecare om cât timp din viață petrece în cele 3 stări.



I. Conștiința conferă obiectelor mentale eticheta de „Eu”, iar ele se reunesc, prin aceste etichete similare, sub numele de „Ego”.



II. Starea de înțelepciune și de non-atașament. Conștiința este „martorul detașat al obiectelor mentale”



III. Transa mistică. Conștientizarea exclusivă a realităților spirituale

În orientarea I, gândurile primesc automat gândul (eticheta suplimentară) „eu”. Gândurile sunt poleite cu un fals sentiment de sine. În deciziile pe care trebuie să le ia, Conștiința este cu certitudine subiectivă, fiind tulburată de investirea obiectelor mentale cu o pseudo-identitate proprie.

În orientarea II, gândurile rămân „pure”, fără a mai primi eticheta „eu”. Ele sunt analizate cu maximă obiectivitate de către Conștiință, „la rece”. Ego-ul se diminuează natural prin contagiunea noilor obiectelor mentale cu acest obicei înțelept, de non-etichetare, non-identificare.

Pe măsură ce Conștiința (mai exact, componenta sa „Eu”) se desprinde de Minte, simultan ea este automat atrasă magnetic de Spirit. Ea își îndeplinește perfect rolul de liant între Spirit și Minte doar în starea II. Să nu uităm că Conștiința este atașată Minții, dar ea este alcătuită chiar din energia Spiritului (conform Modelului trinitar al psihicului). La majoritatea oamenilor, în cel mai fericit caz, se produce un permanent balans între cele două orientări. Unii înclină mai mult spre atracțiile materiale (I), alții spre bucuriile spirituale (II).

În starea II omul este la fel de prezent în realitatea fizică precum înainte, este „cu picioarele pe pământ”. Se schimbă doar orientarea Eului Conștiinței. Precum floarea-soarelui este bine înfiptă în sol, dar nimeni nu o poate împiedica să se rotească zilnic după Soare, tot așa elementul EU al Conștiinței se poate orienta către lumina Spiritului, păstrând celelalte două componente (Voința și Atenția) în relație cu mediul și realitatea zilnică.

Orientarea III necesită captarea unei mari energii mentale sau devoționale pentru a fi atinsă. Este o stare specială și temporară, inaccesibilă oricui. Detașarea Eului Conștiinței de obiectele mentale (orientarea II) merită însă a fi căutată și atinsă de toți cititorii.

Amintim aici, în treacăt, că „stările modificate de conștiință” modifică fie locul, fie vibrația Conștiinței. Ea fiind un „mini-spirit”, se poate diviza, o parte a ei însoțind Spiritul în călătorii astrale (proiecția conștiinței, samadhi), eventual o altă parte păstrându-și

locul inițial din creier (dedublarea conștiinței). De cele mai multe ori însă, în stările modificate, Conștiința își schimbă doar vibrația, păstrându-și locul din creier, așa putând rezona mai bine cu alte sfere sau comunica mai bine telepatic cu Spiritul sau cu alte entități astrale.

Cât de mare este ego-ul în interiorul Minții? Fiind o acumulare de gânduri-afecte cu eticheta „eu”, el este impresionant de mare. Gândurile care primesc aceeași etichetă „eu” se grupează într-o structură mentală cu o pseudo-personalitate. Așa ia ființă ego-ul, o falsă ființă ce capătă autonomie și dictează deseori deciziile pe care ar trebuie să le ia doar Conștiința. Ego-ul se întărește cu fiecare nouă etichetare. Și, dacă nu conștientizăm acest mecanism automat, vom perpetua acest obicei mental toată viața. Odată însă ce înțelegem mecanismul și facem un minim efort de a nu îl mai „hrăni”, vom constata că el slăbește accelerat. Oricât de „gras”, dens, ar fi fost ego-ul, simpla conștientizare a prezenței sale îi va reduce influența asupra Conștiinței noastre. Simplu și eficient! Încercați!

TEHNICA PSIHOLOGICĂ „FĂRĂ EU!”

De obicei, etichetăm cu „eu/meu/mine/mie” orice gând-afect-percepție plăcut sau neplăcut. Cam toate adică. Doar cele la care suntem indiferenți mai pot scăpa de această etichetare. Așa cum au descoperit yoghinii antici, ceea ce stă în calea detașării spirituale este „atașamentul și repulsia”. Nu vorbim de calitățile obiective (frumos-urât, bun-rău etc.), sesizabile de oricine, ci de reacția noastră subiectivă la ele. *Când vorbim de Minte, întotdeauna emoțiile există în perechi duale, care se pot schimba între ele (iubirea devine ură, speranța devine deziluzie etc.).*

Putem verifica practic. Priviți ceva frumos, un obiect sau o ființă! Simțiți dorința de a poseda acel lucru frumos? Dacă da, înseamnă că i-ați alăturat inconștient eticheta mentală „eu”. Acum încercați, tot mental, dar conștient, să înlăturați gândul „eu/meu/mine/mie” atașat! Spuneți-vă: „(chestia asta) *nu e pentru mine!*”. Ei bine, imediat va dispărea pofta de a poseda sau folosi personal acel lucru frumos. Pur și simplu îl contemplăm detașat, conștienți de calitățile sale intrinseci, dar separându-le de dorințele noastre. Ne putem chiar bucura anticipativ de bucuria altui om care, la rândul lui, va fi încântat de acel lucru frumos. De fiecare dată când privim pătimaș ceva atractiv, să fim siguri că pofta este cauzată de eticheta „eu/pentru mine”. În concluzie, putem sesiza obiectiv și detașat ceva ca fiind plăcut sau neplăcut (raportat la ego), fără însă a îl lega de ființa noastră profundă (Sinele).

Unii oameni reacționează iritați dacă sunt îndrumați să se cunoască pe sine mai bine, cum să-și analizeze trăirile, pornirile, comportamentul,

sau, mai ales, li se arată cum sunt manipulați de forțe inconștiente. De ce? Explicația universală este că, la ei, ego-ul este foarte puternic, are controlul asupra ființei. El nu acceptă să fie demascat și detronat. Simte instinctiv pericolul și astfel se îndepărtează de preocupările psihologice. Ei nu sunt neapărat oameni răi, ci se tem a fi ceva mai conștienți. Nu trebuie insistat, ca să nu li se accentueze alergia. Îi va trezi viața, prin lecțiile ei dure. De fapt, culmea, unii dintre aceștia văd foarte bine defectele altora, dar sunt „orbi” când vine vorba de ei înșiși.

Adevărul doare, este pentru curajoși, nu pentru cei amețiți de cloroform sentimental. Nimeni nu e perfect, nici măcar cei foarte buni. Singura șansă de a depăși imperfecțiunea ego-ului vine din partea Spiritului. El poate îndrepta greșelile sau neputința „micului eu” de a vedea imaginea de ansamblu, în care el e doar o fărâamă. Omul se poate schimba. Fie în bine, cu ceva mai mult efort conștient. Fie în rău, inconștient.

Ce motive ne-ar putea împinge la o asemenea autoanaliză de finețe, care unora le poate părea aridă și dificilă, necesitând învingerea unei obișnuințe universale?

Un motiv suficient de bun ar putea fi credința religioasă. În toate religiile suntem îndemnați să ne depășim motivațiile personale, impulsurile instinctive. De mare ajutor ne pot fi aceste afirmații simple: «*Conștiința ta nu este Mentea ta. Mentea este doar instrumentul orb al Conștiinței tale. Nu te identifică cu ele, nu mai lipi de gânduri și afecte eticheta „eu/meu/mine/mie”!*» Dacă reușim aceasta, vom deveni virtuoși, pe nebăgate de seamă.

Îndeplinirea Poruncii Întâi a lui Isus Cristos - iubirea de Dumnezeu - nu se poate realiza decât în orientarea II și cel mai plener în orientarea III a conștiinței. În orientarea I, comună, chiar și Porunca a Doua – iubirea de semenii - este realizabilă doar parțial (de multe ori, oameni se comportă altruist pentru că aceasta le este tot în propriul folos egotic, prin efectele indirecte).

Ascultând aceste învățături, unii oameni se tem că însăși bucuria vieții li s-ar stinge dacă își vor diminua propriul ego.

Desigur că tocmai egoul din ei le dă această idee falsă! Din fericire, avem numeroase exemple, trecute și prezente, care ne demonstrează cât de minunat este să scăpăm de influența lui compulsivă. Doi dintre maestrul contemporani cu noi sunt Anthony de Mello și Eckhart Tolle, care au scris inspirat pe acest subiect. Să ne amintim și de marele maestru din secolul XX, Ramana Maharishi.

Depășirea ego-ului este o metodă spirituală care se adresează tuturor oamenilor maturi. Însă pentru a avea perseverența de a o urma este nevoie de o minimă introducere în forma și scopul căilor spirituale. Lecturile individuale spirituale sunt obligatorii.

Iată o pildă veche plină de tâlc, citată de Eckhart Tolle în cartea sa „Un pământ nou”.

«Cu trecutul în spinare

Doi călugări zen, Tanzan și Ekido, mergeau pe un drum de țară ce se umpluse de noroi în urma ploilor. În apropierea unui sat au trecut pe lângă o tânără care încerca să treacă de cealaltă parte a drumului, dar noroiul era atât de adânc încât și-ar fi murdărit complet chimonoul din mătase pe care-l purta. Tanzan a ridicat-o îndată în brațe și a trecut-o de cealaltă parte. Călugării și-au continuat drumul în tăcere. Cinci ore mai târziu, pe când se apropiau de templul în care locuiau, Ekido nu s-a mai putut abține. „De ce ai luat-o pe fata aceea în brațe?”, a întrebat el. „Noi, călugării, nu trebuie să facem așa ceva.” „Am lăsat fata din brațe acum câteva ore”, a răspuns Tanzan. „Tu încă o mai porți?”»

Deși Tanzan acționează împotriva cutumelor, el nu implică gândul „eu”, pe când Ekido păstrează gândul „eu” chiar și când acționează conform prescripțiilor religioase formale...

Căutarea înțelepciunii poate fi un **alt bun motiv**. Dacă ne referim la un sfat înțelept, acela trebuie să fie inteligent și de bun-simț. Dar dacă ne referim la persoana care manifestă înțelepciune în propria viață (îmbinând rațiunea cu intuiția), atunci cel mai ușor ar fi să vorbim despre înțelept ca *cel ce își învinge impulsurile egotice*. Prin urmare, cel care caută înțelepciunea ar fi bine să adopte această metodă pur mentală, extrem de simplă și accesibilă oricui:

De fiecare dată când apare un gând sau o emoție, elimină imediat gândul suplimentar atașat de aceasta, gândul „eu”. Rețeta foarte simplă ar fi aplicarea instantanee a gândului contrar „Fără eu!”. Deci, vine gândul (cu sau fără emoție), îl receptezi, elimini eticheta „eu” și continui să gândești LIBER!

Eliminarea gândului „eu” devenind obișnuință, ego-ul își va pierde din putere, iar noi ne vom simți mai „ușori”. Ce câștig ar veni de aici? Orice dar oferit Conștiinței de puterea Spiritului: Libertatea; Adevărul; Înțelepciunea; Seninătatea; Puritatea gândului și faptei; Aproximarea de Dumnezeu; Fericirea. Nu există limite...

Unii încă mai confundă egoul cu personalitatea. Diminuarea lui ar putea fi înțeleasă de ei ca o pierdere a calităților personale.

Nimic mai fals. Ce este personalitatea? Ființa psihică în sine și în relație cu lumea. După cum am spus, psihicul uman conține cele trei componente esențiale: Mentea, Conștiința, Spiritul. Prin urmare, oricum am defini personalitatea, ea suportă influențe de la toate cele trei amintite. Contribuția ego-ului la alcătuirea personalității este la fel de mare precum contribuția viermelui la gustul mărului.

Psihologul Abraham Maslow a studiat mai mulți oameni de mare valoare, identificați de el ca fiind împliniți din mai multe puncte de vedere. Maslow a denumit această stare plenară „auto-actualizare”. Ea se află în vârful piramidei nevoilor umane (alături de auto-conservare,

securitate, relații afective și sociale). Ei bine, dacă ar fi să refacem analiza sa, am constata că toți acești oameni speciali împărtășesc aceeași calitate: și-au diminuat foarte mult ego-ul. Realitatea umană confirmă ceea ce spuneam mai devreme: este posibil și este minunat să scăpăm de influența acestuia!

Nu ego-ul ne dă personalitatea, ci el ne rigidizează comportamentul, ne face slabi în fața atacurilor, ne atrage spre patologia psihică. O personalitate puternică nu înseamnă reacții previzibile, rigide, ci dimpotrivă, flexibilitate, adaptare, păstrând un caracter moral puternic și o scară a valorilor clară. De exemplu, orgoliul (punctul forte al „micului eu”) nu este o calitate din punct de vedere spiritual.

Detașarea de ego este similară cu tunderea părului. Părul este al vostru, dar acum este separat, căzut pe jos și absolut inutil. Oricât de drag v-ar fi, oricât l-ați simți ca pe o parte a voastră, trebuie să-l aruncați la gunoi. Așa este și cu ego-ul. Nu pierdeți nimic detașându-vă de el!

Tehnica „Fără eu!” nu-și propune să vă schimbe personalitatea, nici să vă dea capacități extrasenzoriale. În schimb, ea vă poate modifica, în bine, reacțiile uzuale. Are deci și un rol psihoterapeutic.

De exemplu, când ceva sau cineva vă împiedică să acționați conform dorinței, obiceiurilor sau planurilor dumneavoastră, inevitabil vă iritați în forul interior. Acum e momentul să aplicați tehnica, iar enervarea vă va trece instantaneu. Magie! Pur și simplu, aplicând gândul „Fără eu!”.

S-ar putea obiecta că ne introducem singuri o obsesie (prin tehnica mentală), de care nu mai putem apoi scăpa, iar rezultatele pot fi tulburări psihice (!).

Nicidecum de așa ceva. Tehnica este aplicată conștient, deci dacă dorim să nu o mai aplicăm, vom proceda invers, la fel de conștient. Nu avem de ce ne teme. În schimb, omul obișnuit are nenumărate obsesii inconștiente, de care nu poate scăpa și care îi dictează gândurile, emoțiile și comportamentul. Din cele două, care este starea preferabilă? Cea conștientă salvatoare sau cea inconștientă închistatoare?

Apoi, este adevărat că tehnica are efecte maxime când este pe deplin interiorizată, când acționează automat. Dar acest stimul subconștient nu este periculos pentru psihic. Dimpotrivă, are un efect de eliberare, terapeutic. Și mai ales este reversibil, dacă ne dorim aceasta. *Cum?* Prin relaxarea autocontrolului, prin identificarea cu modul de gândire tipic celorlalți. Totuși, orice cale spirituală autentică își propune realizarea unor transformări durabile în discipol. Deci nu ar fi deloc logic să ne dorim revenirea la vechea carapace egotică...

Secretul este să apelăm la tehnică doar în momentele când poftele sau iritarea noastră ne displac și vrem să le eliminăm din psihic. Atunci și doar atunci. Prin urmare, nu este o obsesie, ci un scut psihic, utilizat de noi la dorință, pentru a ne feri de stările inferioare de conștiință.

Astfel, dacă cineva ne face o observație neplăcută, fie că are sau nu are dreptate, noi vom fi câștigați, fiindcă va fi un bun prilej de a ne exersa tehnica și a ieși biruitori împotriva ego-ului. Tot așa, dacă suntem ispitiți cu o nouă ocazie de a ceda vreunei patimi, va fi de asemenea un motiv de a câștiga o altă bătălie cu acesta.

Un alt exemplu: apar primele semne de plictiseală. Imediat să conștientizăm că Mentea-egoul se plictisește, nu eu-Conștiința. *«Eu-Conștiința sunt fericit(ă) oricând, nu am nevoie de nimic din exterior pentru a mă simți împlinit(ă)!»*

Astfel, tot ce înainte era dureros pentru noi, fiindcă ne indica limitările și slăbiciunile noastre, va deveni un prilej de bucurie tăcută. Cel mai puternic om din lume este cel care se învinge pe sine. Tehnica „Fără eu!” este o adevărată sursă de putere lăuntrică. Succes!

1 august 2009

MISTICĂ SAU HALUCINAȚII?

Motto: „Dacă se va găsi o singură persoană normală,
eu o voi vindeca!”

*Psihanalistul Carl Gustav Jung, spre sfârșitul vieții sale
- citat de Jacques Brosse -*

După criteriile doctorilor, în prezent, foarte mulți oameni suferă de tulburări psihice, mult mai mulți decât cei luați în evidența cabinetelor medicale. De vină ar fi, în principal, stresul adus de societatea dură capitalist-consumistă, dar și degenerarea speciei.

După criteriile misticilor dintotdeauna, aproape toată populația are tulburări de percepție a realității, cu alte cuvinte mintea oamenilor este foarte limitată la concretul cotidian. Mai clar, misticii afirmă că adevărata cunoaștere nu este intelectuală, ci este efectul experienței mistice. Ei o descriu prin diverse concepte cum ar fi: iluminarea conștiinței, absorbția ego-ului în realitatea ultimă, neidentificarea cu lumea, uniunea cu Dumnezeu, beatitudinea Sinelui, cunoașterea că totul este o unitate etc. Ca urmare, misticii sunt, în general, catalogați și ei drept „nebuni”, deși au o perspectivă foarte elevată și perfect coerentă asupra vieții, inspirată de Divinitate.

Circulă informații că unele persoane s-au ținut urmând diverse tehnici și învățături „esoterice”. Totuși, nu trebuie să generalizăm, căci fiecare caz este unic. Oricum, se pot trage niște concluzii de bun-simț:

- În astfel de cazuri nefericite, există o vulnerabilitate nativă sau o sensibilizare psihică provocată de impunerea unei alimentații sărace sau unilaterale, ori altor asceze nepotrivite.

- Apoi, poate fi vorba de adoptarea unor învățături nefirești, în care semnul distinctiv al „inițiatului” ar fi să aibă o gândire anormală și un comportament aberant. De la „a face pe nebunul” până la „a-ți pierde mințile” nu e o distanță așa de mare.

- Cel mai important este că unele tehnici meditative sunt greșit înțelese sau prost concepute din start. Unii tineri doresc să aibă experiențe supranaturale, ieșite din comun, pe care le numesc „transă”. Așa ajung nerăbdătorii să consume droguri (alcool, etnobotanice, prafuri ilegale etc.) sau, mai nou, așa-zisele „droguri electronice” (ascultarea la căști sau în localuri a unor sunete special create pentru a dezechilibra creierul). În același scop, apelează și la metodele meditative orientale. Ei își doresc cu ardoare să evadeze din realitate și să aibă senzații tari, iar mintea lor le slujește dorințele, furnizându-le halucinațiile atât de mult visate. (N.B. Folosirea de plante sacre, precum ayahuasca – numai sub

controlul specialiștilor șamani -, se pare că nu este periculoasă și nu dă dependență sau efecte secundare pe termen lung.)

În zilelor noastre, au răsărit mulți „profeți” și „mântuitori” având anumite dezechilibre psihice, pe care le declară mândri ca fiind calități superioare. Desigur, oricine se poate informa astăzi despre teoriile fizicii cuantice, teoriile conspirației, teoriile despre „ascensiunea” Pământului, teoriile parapsihologice și multe altele. Oricine le poate învăța pe de rost și apoi a poza în mare înțelept în fața celor mai puțin informați. În plus, percepțiile extrasenzoriale prezente în unele tulburări mentale le pot da posesorilor lor o aură mistică, mai ales când le afișează cu o mare siguranță de sine. Dar spre deosebire de autenticii clarvăzători, impostorii fie nu își pot folosi „ciudățeniile” în slujba semenilor, fie ceea ce „văd” este cu totul pe lângă subiect și atunci inventează, disimulează, fabulează. Acesta nu e misticism, ci mistificare!

Misticismul îi atrage irezistibil pe bolnavii psihic, sperând poate într-un miracol sau să afle că boala lor e semn de normalitate. Totuși, toate căile mistice organizate îi resping de la început pe cei grav bolnavi psihic, pentru că ei nu vor beneficia de metodele predate, ci poate dimpotrivă, iar ulterior vor denigra școala mistică respectivă.

Plecând de la aceste exemple, dacă transa s-ar defini ca un dezechilibru *temporar*, boala psihică ar fi o dezechilibrare *permanentă* a funcționării creierului. Cu alte cuvinte, maladia ar fi o „transă”, din care pacienții nu mai pot ieși.

Dar oare misticii nu au și ei aceleași disfuncții cerebrale? Psihologia transpersonală face pași mărunți, dar siguri pentru explorarea stărilor de conștiință modificată, apelând la tehnică sofisticată și meditari autentici, garantați. Totuși, până la obținerea unor concluzii științifice clare despre ce este patologia psihică și ce este mistica sănătoasă, va mai trece timp. Ce putem spune deocamdată este că:

1 – STĂRILE MODIFICATE DE CONȘTIINȚĂ NU SUNT PATOLOGICE

„Bolnavul” se caracterizează prin aceea că el nu își poate controla stările de transă. Starea vine când vrea ea, iar bolnavul nu are puterea să o împiedice să apară. De obicei, acesta este și motivul pentru care ajung la medic. În principiu, stările modificate de conștiință nu sunt patologice. Dar atunci când intrarea într-o realitate psihică paralelă se face fără acceptul omului, deja ieșim din misticism.

Trebuie să ținem seama că nu orice experiență paranormală merită numele de „mistică”, ci doar cele foarte înalte, apropiate de Divinitate. Dar cum aceste stări sunt subiective și, din afară, nu ne putem pronunța asupra calității lor, luăm în calcul alte criterii, cum ar fi cât de bun, moral, coerent este individul în afara stărilor de transă.

De obicei, calea mistică folosește metode spirituale, o știință sacră, practici individuale de iluminare a conștiinței și uniune cu Dumnezeu. Astfel de învățături sunt astăzi răspândite la liber și folosite de oameni de pretutindeni. Experimentarea lor pe scară largă dovedește că, până la realizarea finală mult visată, există etape intermediare de contact cu lumile paralele, așa-numitele experiențe paranormale. Practic, „paranormalul” este un nume modern al unei părți din domeniul mistic. Îi puteți spune și „psihonautică”, dacă vă sună mai savant! Sunt de-a dreptul ridicoli și încă tributari ideologiei leniniste cei care se rușinează la auzul cuvântului „misticism”!

Uneori, și misticul dedicat poate cunoaște stări neplăcute, dar inconvenientele dispar de la sine, cu timpul. Depinde și de mediul social în care trăiește un astfel de om. În societățile primitive, apropiate de natură, misticismul nu e considerat boală. Dimpotrivă, în societatea modernă, materialistă și pragmatică, un om care vorbește despre paranormal este rapid catalogat ca „dus cu capul”. Misticismul este tolerat de religiile doctrinare doar în interiorul curentelor esoterice, inițiatice (cabala în iudaism, sufismul în islam, șivaismul vedantic sau kașmirian în hinduism, isihasmul ortodox și diverse ordine catolice în creștinism etc.). Mai sunt și alte căi mistice precum budismul (zen, tibetan), șamanismul, taoismul etc.

Se cunosc diverse stări modificate de conștiință, foarte diferite între ele. Este clar că o stare de genul coșmarului nu e de dorit, pe când o stare de fericire este preferabilă. Patologia psihică însă nu este definită neapărat de tipul plăcut sau neplăcut al experiențelor. Sataniștii nu pot fi scuzați că ar fi bolnavi, fiindcă mulți dintre ei sunt perfect conștienți de ceea ce fac și de stările mizerabile pe care le trăiesc cu nesaț.

Ca să diferențiem stările de transă la modul cel mai simplu, putem spune că ceea ce numim peiorativ drept „halucinație” #1 nu oferă un fir logic al percepțiilor, e precum un vis absurd în stare de veghe, #2 instigă pacientul la acțiuni periculoase sau de tip repetitiv, fără utilitate, #3 pacientul se exteriorizează ciudat, spre spaima și îngrijorarea celor din jur.

În schimb, în „transa mistică” #1 percepțiile extrasenzoriale oferă revelații cu utilitate ulterioară - sufletească, spirituală, intelectuală, #2 omul are un comportament normal, #3 manifestările sale de transă nu sunt periculoase pentru nimeni, iar de multe ori misticul nu se exteriorizează deloc.

Iată o scurtă listă cu câteva stări modificate de conștiință, în care undele cerebrale prezintă tipare diferite de cele din stare de veghe și distincte între ele:

- Somnul, privarea de somn, paralizia în faza REM a somnului.
- Starea hipnagogică și hipnopompică (dintre somn și veghe).
- Visul cu ochii deschiși, fantezia în stare de trezie.
- Hipnoza.

- Coma, leșinul.
- Stările negative precum anxietatea (a trăi sub amenințare), depersonalizarea (a trăi ca într-un vis), panica, isteria (excesul emoțional) etc.
- Extazul (stare euforică, însoțită de ruperea completă de lume).
- Percepțiile extrasenzoriale.
- Experiența de ieșire din corp (sau *out of body experience* - OBE, extracorporalizare, proiecție astrală, autoscopie).

2 – **DIAGNOSTIC ȘI TRATAMENT**

Diferiți psihiatri dau diagnostice diferite, în funcție de intuiție, pregătire și experiența medicală. Numele tulburării mintale este important, fiindcă dă schema de tratament. În plus, persoanele diagnosticate cu o tulburare mentală spun adesea că „*este o consolare să aibă un nume pentru suferința lor*”.

Se știe foarte bine că multe medicamente psihotrope au produs afecțiuni grave atât pe fond neurologic, cât și psihiatric. Potențialul distructiv al unora dintre aceste substanțe este atât de mare, încât dacă o persoană sănătoasă ar fi obligată să le îngurgiteze, ea ar începe să manifeste tulburări acute. Se spune că doctoriile moderne sunt foarte eficiente și cu mai puține efecte secundare. Dar așa s-a spus întotdeauna! De fapt, toate tratamentele sunt empirice, experimentate pe milioane de suferinzi. Să sperăm că, pe viitor, medicina psihiatrică va folosi metode mai exacte pentru a aborda teritoriul atât de fin și sensibil al activității cerebrale!

Din păcate, nici psihoterapiile nu pot face minuni. Psihologii tratează *mintea*, dar dacă aceasta nu răspunde la sugestiile terapeutului, pacientul este îndrumat către psihiatru, care va acționa asupra *creierului*, cum am menționat mai sus. Majoritatea afecțiunilor provin din minte, chiar dacă se oglindesc și în activitatea creierului. Tocmai de aceea, realitatea a dovedit că tratarea creierului cu substanțe care le suplinesc pe cele lipsă nu este suficientă întotdeauna.

Adevărul este că încă nu înțelegem cum funcționează mintea și creierul. Chiar și cunoscutele tehnici **EEG** (electroencefalograma) sau **RMN** (mai nou, **fRMN** – rezonanța magnetică nucleară funcțională) oferă doar o privire de suprafață a psihismului, mecanismele interne rămânând absconse. Mulți specialiști încă mai confundă creierul cu mintea, la fel cum unii cred că emisiunile de televiziune vin din televizor. Ar trebui să ne dăm seama cu toții că un creier normal nu ar putea funcționa dacă nu ar avea o instanță superioară care să îi coordoneze complexitatea! Dacă acolo se află sursa sănătății, tot acolo trebuie să fie și cauza majorității defecțiunilor mintale.

De aceea, pentru a găsi cele mai bune metode de recuperare a semenilor cu probleme mentale, omenirea are nevoie de o colaborare serioasă între oamenii de știință și medici - pe de o parte -, și mistici, mediumi, extrasenzoriali, parapsihologi - pe de altă parte. Cei din urmă ar putea să ofere soluții neașteptate și eficiente la dileme medicale insolubile astăzi. Oricât ar părea de rațională această coabitare, ea trebuie să spargă însă un zid gros de prejudecăți ideologice materialiste. Din fericire, o abordare inovativă a patologiei psihiatrice, de factură spiritist-mediumnică, a fost deja inițiată în lumea medicală și și-a dovedit valoarea în Brazilia, o țară deschisă și tolerantă cu tradițiile mistice.

Tradiția religioasă creștină are propria sa metodă de tratament: exorcismul. Boala ar fi cauzată de draci, care trebuie scoși din trupul bietului om. Uneori exorcizarea diminuează, alteori agravează simptomele. Mai trebuie consolidat și terenul psihic slab care a permis slăbirea voinței personale sau a canalului telepatic. Iar aici pot fi de folos metodele mediumnice, yoghine, de optimizare psihică, ca și experiența misticilor și a Bisericii.

Medicina nu este de acord cu metodele de exorcizare. Ea consideră că este vorba de o nevroză isterică, în care bolnavul este foarte sugestionabil și influențabil. Prin urmare, părerile rudelor și preoților devin sursa unei fantasme, iar „demonul” nu este decât o personalitate secundară creată de subconștient, la sugestia anturajului. Se aduc în sprijinul acestei ipoteze faptul că s-au certificat induceri, prin sugestie, de tulburări disociative atipice în situații de îndoctrinare fanatică, aderare la secte, detenție, spălarea creierului etc.

Totuși, Biserica are metode să discearnă între posesiune, crize de epilepsie sau isterie. Astfel, dacă bolnavii resping vehement obiectele de cult religios, dacă vorbesc în limbi necunoscute, își schimbă vocea, dacă manifestă telekinezie, levitație, anticipează evenimente viitoare, manifestă o forță fizică ce depășește cu mult vârstă și înzestrările naturale ale individului, doar atunci Biserica consideră toate acestea drept manifestări ale diavolului.

Perspectivile mistică și materialistă sunt contrare și ireductibile. Mai există și o a treia variantă. Acceptăm că spiritele inferioare malițioase există, dar ele nu pot penetra decât un sistem psihic slăbit. Pe un teren vulnerabil, ca în cazul subiecților isterici, sugestia demonizării deschide porțile interferenței cu spiritele inferioare (conform dictonului „*de ce ți-e frică nu scapi*”). Invers, într-o cultură care nu ar ști nimic despre demoni, aceștia nu ar putea domina mentalul nimănui. Dar și această afirmație este doar parțial valabilă, căci și ateii se îmbolnăvesc psihic, nu-i așa?

În societățile primitive, din care forțele supranaturale fac parte integrantă, incidența bolilor psihice este redusă. Aceasta înseamnă că societatea modernă vulnerabilizează și, mai ales, agravează tulburările

psihice, odată ce ele au apărut – deci acestea ar fi mai ales niște sociopatii. Se estimează că circa o treime din populație suferă de dereglări pe fond psihic, iar circa o zecime de boli mai grave. Să fie acesta semnul indubitabil al necesității schimbării acestui tip de civilizație? Probabil că da...

3 – PSIHOLOGIE și PARAPSIHOLOGIE

Iată, mai jos, câteva noțiuni medicale și parapsihologice, într-o prezentare combinată:

★ NEVROZELE sunt afecțiuni psihice care #1 nu alterează personalitatea bolnavului și care #2 sunt resimțite ca fenomene nedorite, inacceptabile, străine individului. Iată câteva exemple: fobiile, obsesiile, depresiile, neurastenia (oboseala cronică), ipohondria (teama de o boală închipuită), anxietatea (teama fără obiect), atacul de panică (angoasa).

- Cauza fobiei este o spaimă, o grijă intensă trăită la un moment dat și păstrată în subconștient, izbucnind în momentul revenirii stimulului care a creat-o (este un comportament condiționat).

În limbaj hermetic, omul a creat o „larvă psihomentală”, o plăsmuire din materie astrală care nu a dispărut în timp, fiind foarte densă. Obiectul fobiei poate trece de la o încarnare la alta, fiind înregistrat în perispirit.

- Obsesiile sunt idei fixe care se repetă mecanic, îndemnându-ne uneori la anumite acte ce par a ieși de sub voința proprie (compulsive). Se remarcă deci o lipsă de control asupra ideilor ce traversează mintea.

În raja-yoga se pune accent tocmai pe deprinderea de a respinge sau atrage unele idei, la voință și detașarea de impulsurile automate ale minții. Obsedatul are o slăbire energetică a creierului și, gândind mereu că vrea să scape de ideea penibilă, îi întărește efectul, creând o „larvă”. Nu este exclus ca ideea fixă să fie inoculată de spirite inferioare care vor să își bată joc de om.

★★ PSIHOZELE sunt tulburări mai grave prin faptul că #1 modifică însăși personalitatea bolnavului, #2 acesta nu admite că este bolnav și deseori trebuie tratat împotriva voinței sale, #3 manifestările sale sunt bizare și îngrijorează persoanele din anturaj.

Există două mari tipuri diferite de psihoze, în funcție de tipul cauzei:

A. Psihozele exogene provin din tulburări neurologice sau somatice (traumatisme, infecții, intoxicații, tumori cerebrale, tulburări metabolice sau endocrine). Epilepsia este considerată a fi o boală neurologică.

B. Psihozele endogene nu sunt cauzate de leziuni cerebrale sau alte motive externe, ci provin din însăși structura și funcționarea minții. Aici sunt încadrate tulburarea maniaco-depresivă (numită și afectivă bipolară), schizofrenia, paranoia. Pentru că nu li se cunosc cauzele, sunt greu de vindecat de către medicina occidentală.

Este important să decelăm etapele psihozei, ca să știm când poate fi ea numită „boală”:

1. Structura psihotică reprezintă dispozițiile morbide (bolnăvicioase) ale personalității.
2. Procesul psihotic propriu-zis este un episod marcat de simptomele clinice clasice, care însă poate rămâne singular.
3. Boala psihică se definește prin revenirea episoadelor maladive, iar individul își pierde autonomia, nu-și mai poate asuma responsabilități, are nevoie să fie supravegheat și ajutat permanent.

DEPRESIA este o mare problemă a omenirii civilizate, dar nu întotdeauna ajunge în stadiu de boală. Se manifestă prin lipsa poftei de viață și o viziune negativă generală, având manifestări pe toate etajele ființei (emoțional, cognitiv-intelectual, volitiv, somatic). Ea este elementul de bază în binomul maniaco-depresiv.

Depresia rezultă în urma golirii de energie psihică, fără posibilitatea recuperării acesteia în somn. Cum de s-a ajuns aici? Desigur, este vorba de un blocaj general al curgerii energiei, care nu se mai împropătează. Aura este ecranată de energii stagnante, murdare, uzate, lipite de aură, care nu lasă energia curată să intre în organism. Astfel definită depresia, imediat găsim și un posibil remediu natural - metodele de tip yoga, de optimizare psiho-somatică, pot realimenta cu prana organismul, care devine astfel puternic și imun la orice boală.

MANIA este elementul secundar al tulburării afective bipolare, care se manifestă exact invers, urmând episodului depresiv. Omul se simte energic, cu mintea limpede și concentrată, plin de intuiție și încredere în sine, este hiperactiv, nu simte nevoia de somn, face planuri grandioase și are preocupări superioare, iar totul pare a se înlănțui, are sens și este minunat.

Este reacția viguroasă a organismului de a prelua un influx masiv de prana cosmică pentru a sparge blocada energetică, în încercarea de reechilibrare. Acest entuziasm este fără îndoială atractiv și nimeni nu ar vrea să-l piardă. Totuși, la un anumit punct, bolnavul poate trece de la exuberanță veselă la agitație ostilă, furie, acțiuni dezechilibrate, iluzii de grandoare – iar acestea deranjează mult anturajul. Aceasta se explică prin neputința bolnavului de a gestiona această energie în exces, ca și prin amplificarea unor defecte personale preexistente. În final, influxul energetic se va stinge de la sine și, la cei care nu au reușit să-și echilibreze funcționarea corpului, revine depresia.

Chiar și misticul gustă din plăcerile „maniei” descrise mai sus, dar reușește să țină sub control supraenergia, să o canalizeze în direcțiile dorite de el. Sfântul Ioan al Crucii descrie o fază ulterioară extazului cosmic, pe care o numește „marea noapte a sufletului”. Oare ar putea fi ea echivalată cu alternanța manie-depresie? Dacă da, atunci misticii au găsit soluția de a se vindeca singuri...

Mulți dintre cei care trăiesc spontan o „euforie mistică” au o structură energetică de medium (cu straturi aurice larg spațiate). Se știe că mediumii sunt foarte sensibili, de unde apar și unele riscuri și vulnerabilități psihologice. Misticul se antrenează treptat în a-și crește sensibilitatea, învățând în același timp să își controleze noile stări speciale, gustând deliciile euforiei, dar evitând neplăcerile excesului sau ale depresiei. Nu este suficient a practica tehnicile meditative. În paralel, trebuie purificate gândurile și emoțiile, controlate aspectele psihologice inferioare. Altfel, în urma unei transe (stare modificată de conștiință), este posibilă manifestarea exacerbată a pulsionilor animalice. Această purificare necesită timp, răbdare, perseverență. În cazul unui progres treptat și constant, energia sosește în cantități mai mici, suportabile, controlabile. Orice izbucnire bruscă a energiei (cum e cazul cu trezirea impetuoasei Kundalini) poate fi periculoasă când structurile energetice nu sunt suficient purificate, iar reacția psihică ar putea da simptome de tip maniaco-depresiv sau schizofrenic.

Nu toți depresivii sunt mediumi, și nici invers. Se estimează că circa 17% din populație a avut la un moment dat un astfel de episod grav. Depresia este deci o adevărată problemă a societății. Scade dramatic receptivitatea minții la impulsurile spiritului, culminând uneori în actul absurd al suicidului - drama supremă pentru spiritul încarnat.

În scop didactic, vom defini succint schizofrenia, paranoia și para-frenia pe baza câtorva criterii semnificative:

Psihotic de tip ↓	DELIR	HALUCINAȚII	PERSONALITATE	ADAPTARE
SCHIZOFRENIC	Illogic, incoerent	Da	Se deteriorează progresiv pe toate palierele	Inadaptat la realitate
PARANOIC	Logic, coerent, sistematizat tematic	Nu	Nu se deteriorează	Reinterpretează lumea
PARAFRENIC	Logic, coerent, sistematizat tematic	Da	Nu se deteriorează	Se reintegrează ușor în realitate

Conform înțelesului acordat de medicină acestor termeni:

Delirul este o *credință* absurdă, o *idee* iluzorie a pacientului, în dezacord cu realitatea obiectivă (de exemplu că forțe exterioare îi controlează gândurile, sau că cineva uneltește împotriva lui, sau că este permanent urmărit).

Halucinațiile (auditive, tactile sau vizuale) reprezintă *simțirea*, *perceperea* unor obiecte sau fenomene care nu sunt reale, fiind plăsmuiri ale impresiilor din subconștient.

În viziunea parapsihologică:

Delirul reprezintă idei fixe care i se pot inocula bolnavului de către entități malițioase invizibile, care chiar se țin scai de acest om. Mai este posibil ca o astfel de entitate să fi fost creată chiar de însăși mintea pacientului, prin repetarea intensă a anumitor gânduri, iar acum entitatea a căpătat autonomie (este o formațiune astrală/mentală parazită – larvă sau fantasmă).

Halucinațiile nu reflectă neapărat lucruri inexistente, ci o receptivitate incontrollabilă la realitățile paralele și la prezența unor entități invizibile, deseori de o moralitate inferioară.

Halucinațiile autoscopice externe (vederea corpului propriu din exterior, prezentă uneori în schizofrenie) este așa-numitul fenomen de extracorporalizare (OBE).

PARANOICUL se caracterizează prin faptul că este #1 orgolios, #2 neîncrezător în oameni, #3 sofist (logica sa formală este corectă, dar pleacă de la premise false) și prin urmare devine #4 un neadaptat, solitar. Paranoia se declanșează în urma unei crize de convertire, un moment de „revelație”.

Dintre cei trei, paranoicul are cel mai puțin legătură cu paranormalul. Totuși, când își îndreaptă atenția către domeniul mistic, atunci este înclinat către mesianism, urmărește să impună noi forme de religie și noi idoli, are tendința de a poza în martir. Reformatorii religioși de tipul deliranților profetici pot induce, prin sugestie colectivă, un delir în masă.

SCHIZOFRENICUL se caracterizează, în principal, prin faptul că #1 psihicul își pierde unitatea, armonia, continuitatea în gândire, limbaj, afectivitate, voință, tendințe, comportament și prin faptul că #2 se polarizează exclusiv pe viața interioară (autism). Schizofrenicul este foarte marcat de percepțiile extrasenzoriale, care însă nu sunt controlate și nici integrate în experiența realității fizice. Deseori bolnavul are percepții sau idei simultane, el neputând să selecteze și nici să-și concentreze atenția asupra unui singur stimul.

În criză, se percepe pe sine (centrul conștiinței) în afara capului (extracorporalizare involuntară, în limbaj parapsihologic) sau constată că percepțiile fizice îi sunt mult diminuate și limitate, își simte corpul fizic ca pe o marionetă exterioară, manevrată cu greu de voința sa. Toate acestea sunt indicii fie că spiritul omului nu reușește să controleze mecanismul mental (uneori fiindcă tocmai a părăsit „pupitrul de comandă”), fie că straturile energetice aurice sunt decalate între ele. În acest caz, fenomenele nu mai pot fi numite *paranormale*, ci mai degrabă *anormale*, deoarece produc bolnavului o mare neplăcere și dificultăți de adaptare la realitatea fizică.

Actele compulsive din cazul schizofreniei diferă de cele din nevroza obsesională, fiindcă se schimbă mereu. Ele sunt comenzi intuitive sau auditive primite de la spirite malițioase, batjocoritoare, care controlează canalul telepatic vulnerabil al bolnavului.

PARAFRENICUL are halucinații fantastice, pline de imaginație, deliruri cosmice foarte bogate și extravagante. El are conștiința transei sale, privindu-se oarecum detașat și ulterior reintegrându-se fără probleme în realitatea fizică. În limbajul psihiatric modern, parafrenia este oarecum similară cu „schizofrenia paranoidă”, dar într-o formă mai benignă.

Dintre cei trei, parafrenicul *s-ar putea* apropia cel mai mult de statutul de mistic (om sănătos cu abilități paranormale) *dacă* ar reuși să își direcționeze halucinația (filmul percepției extrasenzoriale) către o anumită temă dată și ar putea să și-o întrerupă la voință. Din păcate, cel diagnosticat deja drept parafrenic are cu siguranță și alte simptome clinice, cum sunt ideile absurde și o istorie personală plină de manifestări bizare. Totuși, rămâne întrebarea: nu cumva medicii i-au dat această sentință fiindcă nu au înțeles ce se petrece cu bolnavul din perspectivă parapsihologică, nu cumva abordarea corectă nu trebuia să vizeze dispariția halucinațiilor (prin „legumizarea” creierului), ci ținerea abilităților speciale sub control (prin antrenament parapsihologic) și chiar folosirea lor spre binele semenilor?

Încheiere

Dincolo de simplificările didactice medicale și parapsihologice de mai sus, trebuie să recunoaștem că realitatea este mult mai complexă, suferințele umane sunt polimorfe, iar până la declararea unor boli serioase există mai multe etape intermediare.

Unii cunoscători ai teoriilor spirituale ar putea invoca plata karmică în instaurarea bolilor psihice. Totuși, nu sunt atât de sigur că ele ar fi o urmare exclusivă a fatalității karmice! Am luat cunoștință de oameni relativ normali care ispășesc karme grele. Mai degrabă ar fi vorba de o sensibilitate extremă a creierului, căpătată în viețile anterioare sau din moștenirea genetică, care numai în condiții nefavorabile devine o boală grea. Deci, în principiu, unele boli psihice ar fi putut fi evitate, iar celelalte cazuri vor putea fi tratate sau prevenite de medicina viitorului. Nu este obligatoriu să le considerăm necesare pentru evoluția spiritului încarnat.

Lipsa de sens a bolii este deseori mai chinuitoare decât suferința însăși. Bolnavul ar vrea să dea un sens chinurilor sale, de aceea se proclamă uneori drept „alesul zeilor”. În acest articol nu ne-am propus să dăm speranțe deșarte celor cu diagnostice psihiatrice și nici nu sugerăm în vreun fel abandonarea suportului medical de specialitate. Speranța este legată de medicina și știința viitorului, care va apela la toate

mijloacele disponibile pentru aflarea adevărului și salvarea omului: experimente fizice și extrasenzoriale, raționamente și revelații, substanțe miraculoase și energii atotputernice. Deocamdată, știința bâjbâie prin întunericul minții, speculând, experimentând și ratând, dar având speranța că va ajunge cândva la cunoașterea acestui univers infinit numit „psihicul uman”. Îi dorim succes!

Referințe bibliografice științifice:

- Constantin Enăchescu, Tratat de psihopatologie, Ed. Polirom, 2007
- Atkinson & Hilgard, Introducere în psihologie, ediția XIV, Ed. Tehnică, 2005

18 iulie 2011

MAI MULTE CONȘTIINȚE

Iluminarea spirituală descrisă printr-un model material

De foarte mult timp, misticii, esoteriștii și filosofi au adoptat în teoriile lor clasificarea ternară a ființei umane. Omul este divizat în 3 mari părți: Corpul, Sufletul și Spiritul. (Menționăm, în treacăt, că teologia creștină a pierdut pe drum a treia verigă a lanțului, Spiritul.) Vom completa acest model simplu cu încă o informație necesară. Fiecare din ele are o Conștiință proprie, astfel că omul este format dintr-un complex ierarhic de 3 Conștiințe independente. Iată-le:

Diviziune:	Condusă de:	Ce face:
Corp fizic	<u>Conștiință corporală</u> , biologică („suflet vital”, cu sediul în inimă)	Supraveghează funcționarea organismului, relațiile <u>interne</u> dintre organe, țesuturi, celule
Suflet	<u>Conștiință psihică</u> , umană („suflet psihic”, cu sediul în creier)	Se ocupă de senzații, afecte, gânduri, controlează relația cu mediul fizic <u>extern</u>
Spirit	<u>Conștiință spirituală</u> , de natură divină	Intermediază relația cu universul <u>multidimensional</u>

Vom folosi acest model pentru a defini și înțelege ce este iluminarea spirituală, prin analogii didactice. Postulatul de la care plecăm este următorul „Ce este sufletul pentru corp este și spiritul pentru suflet”.

ANALOGII

1

Omul își lasă organismul să funcționeze de la sine în parametrii biologici optimi. Corpul știe mai bine de ce are nevoie, anunțându-ne când îi este foame, sete, nu are aer etc. Omul primește semnalele și îi satisface corpului aceste nevoi bazale.

«Corpul nostru cunoaște absolut totul: unde se află o cicatrice, unde s-au concentrat celulele canceroase, unde se găsesc nodulii invizibili și imposibil de investigat. Organismul uman știe tot, însă creierul nu. Corpul uman deține un limbaj de comunicare, însă acest limbaj nu are nimic în comun cu mintea noastră, cu conștiința noastră. Organismul nostru este foarte inteligent, perfect chiar. Creierul însă, deși prin naștere are capacitatea înțelegerii acestor mesaje, cu timpul își pierde această abilitate, până la dispariție», spune Anatoli Kașpirovski, celebrul vindecător sugestolog de la televiziunea sovietică ².

² <http://www.formula-as.ro/2010/948/enigme-16/magul-din-stepele-ucrainei-kaspirovski-13206>

Prin analogie, Spiritul nu se descurcă cu toate detaliile vieții cotidiene, el având o viziune cosmică și total altruistă. De obicei, Conștiința spirituală intervine indirect în viața omului, prin sfaturi discrete, inspirații, intuiții, lăsându-i însă libertatea Conștiinței psihice să comande corpul.

2

Afecțiunile psiho-somatice sunt o intruziune negativă a Psihicului asupra Biologicului; emoțiile negative generează boli trupești. Oarecum similar, putem spune că afecțiunile morale survin dintr-o neatenție, o lipsă de control a Spiritului asupra Psihicului; corupția nu este niciodată pe placul Spiritului, dar omul mai cade pradă diverselor tentații pământești.

E posibilă și influența inversă. Multe boli fizice aduc ulterior și tulburări psihice secundare, inventariate de medicină. Similar, gânduri, atitudini, comportamente greșite ale omului pot duce la afectarea Spiritului, prin acumulare de energii negative și karmă, care întârzie evoluția Spiritului către Lumină.

3

În experiențele mistice, Conștiința psihică este ridicată și dusă în dimensiunile paralele de către Conștiința spirituală. Sri Aurobindo, un mare filosof și explorator al conștiinței, visa ca, în mod asemănător, Conștiința corporală a umanității să fie ridicată la nivelul psihic, printr-un soi de „experiență mistică biologică”. Astfel, materia biologică ar fi „psihizată”, adică ar deveni mai inteligentă, maleabilă, mulându-se mai ușor pe dorințele omului, care nu s-ar mai simți sclavul atâtor nevoi biologice.

4

Să ne gândim acum la persoanele care realizează performanțe incredibile cu propriul corp. De exemplu, își țin respirația zeci de minute sau se supun altor încercări foarte dureroase. În acest caz, funcțiile vitale autonome, atribuite în mod firesc Conștiinței corporale (în limbaj medical, sistemului nervos vegetativ), sunt comandate ferm de către Conștiința psihică. Observând cu fascinație, dar și îngrijorare, că poate funcționa altfel decât era programată, Conștiința corporală trăiește un gen de „iluminare psihică”. Tot astfel, când Conștiința spirituală preia comanda Conștiinței psihice, apare adevărata „iluminare spirituală”, omul fiind uimit de prospețimea senzațiilor, de armonia interioară ce o simte, de bucuria de a trăi.

După cum, aici, misiunea obișnuită a Conștiinței corporale de păstrare a homeostaziei organismului este tulburată de intruziunea Conștiinței psihice „paranormale”... tot așa viața Conștiinței psihice este complet dată peste cap de momentul „trezirii în Spirit”, o surpriză

inimaginabilă, însoțită de performanțe și stări psihice incredibile. În ambele cazuri, inițiativa schimbării vine de sus în jos. De altfel, Conștiința corporală intuiește doar vag că deasupra sa ierarhic se află în mod normal o altă Conștiință superioară. La fel, Conștiința umană nu simte decât efectul intervenției Spiritului asupra sa și în niciun caz nu poate decide în locul acestuia.

ILUMINAREA SPIRITUALĂ DESCRISĂ PRINTR-UN MODEL MATERIAL

Ce este și cum se poate defini „trezirea spirituală” sau „iluminarea”?

Voi încerca încă un posibil răspuns, încadrându-mă cu explicațiile în modelul conștiinței, prezentat în detaliu în cartea „Conștiința umană, între minte și spirit”, de Răzvan Petre. Completez informațiile redată acolo cu următoarele:

Conștiința umană (care diferă de mintea umană) este un fragment provenit și detașat, chiar în momentul începerii vieții fizice, din mult mai largă Conștiință a spiritului încarnat. Acest lucru este posibil întrucât Conștiința este alcătuită din numeroase particule-de-conștiință care au aceeași „identitate” a Spiritului respectiv. Voi folosi mai departe această viziune materialistă asupra unor fenomene psiho-mistice deseori categorisite ca nebuloase, halucinante, prea incredibile pentru a fi studiate științific. Sper că acum vor putea fi înțelese chiar și de rațiunea unui copil.

Ce procent din Conștiința spirituală va deveni temporar (pe durata vieții terestre) Conștiință umană (psihică)?

Acest raport optim va fi ales înainte de naștere de către Spirit, astfel încât să echilibreze cele două tendințe contrarii, și anume:

1 – Spiritul ar dori să își cedeze cât mai puțin din Conștiința sa, pentru a nu-și diminua forța spirituală pe durata încarnării. El are nevoie să se păstreze cât mai complet din două motive: a) să aibă puterea de a superviza lucid activitatea Conștiinței umane (în timpul stării de veghe); b) să poată continua să viziteze lumile astrale (pe timpul somnului omului) fără a se simți vulnerabil în fața diverselor adversități. Se poate spune că Spiritul se încarnează întotdeauna doar parțial, procentual, fiindcă nu dorește să-și piardă controlul de sine, lucru foarte important.

2 – Cu cât Conștiința umană este mai bogată în particule spirituale, cu atât puterea sa de decizie și control asupra minții este mai mare, deci, teoretic, omul va fi favorizat.

Mai trebuie să ținem cont și de faptul că particulele-de-conștiință sunt cu atât mai energizate cu cât Spiritul este mai matur, adică este mai experimentat, are o vârstă cosmică mai mare. Ca urmare, un Spirit evoluat își transferă în corpul uman cel mult 5-10% din Conștiința

spirituală, pe când un Spirit neexperimentat ar putea avea nevoie de până la 50% din resursele sale. (Aceste cifre sunt sugerate de studiile dr. Michael Newton asupra persoanelor aflate sub hipnoză profundă și conduse în perioada dintre încarnări).

În fiecare încarnare a Spiritului, mereu alte particule spirituale sunt trimise în corpul uman, spre a acumula o experiență proprie, care le va îmbogăți și întări. Este ca și cum, vrând să ne spălăm, am scufunda într-un bazin cu apă și imediat am scoate întâi un picior, apoi celălalt, apoi o mână, apoi cealaltă, dar niciodată întregul corp. Prin urmare, diversele particule-de-conștiință experimentează lucruri diferite în decursul diverselor vieți terestre, iar astfel, per ansamblu, întreaga Conștiință a Spiritului se îmbogățește, se maturizează, evoluează spre desăvârșire.

N.B. A nu se confunda particulele-de-conștiință cu memoria spiritului, care este o anexă!

De ce evită Spiritul, pe cât posibil, să aducă noi particule în Conștiința umană pe timpul încarnării?

În mod obișnuit, Spiritul alege acel procent de care am amintit mai sus (investiția de Conștiință în trupul uman) la începutul vieții. Orice modificare ulterioară riscă să destabilizeze ființa umană. Riscul ar fi acela de a amesteca cele două tipuri – particulele deja familiarizate cu experiența umană prezentă și cele nou venite din rezerva spirituală, oarecum străine și stângace.

ILUMINAREA ESTE O INUNDARE CU PARTICULE SPIRITUALE

Dar atunci când ne referim la „trezirea spirituală”, o putem defini tocmai ca fiind un transfer suplimentar de particule-de-conștiință dinspre Spirit către Conștiința umană. Deși este un proces neobișnuit și oarecum riscant (printre altele, riști să devii un om ceva mai contemplativ!), el este totuși relativ des întâlnit la aspiranții dedicați unei căutări spirituale sincere.

Îmbogățirea intensă cu particule a Conștiinței umane, sau „realizarea Sinelui”, este echivalentă cu ceea ce yoghinii numesc activarea chakrelor superioare, Ajna și, mai ales, Sahasrara, în paralel cu Anahata.

Experiența inconfundabilă a iluminării este produsă printr-un aport masiv de particule-de-conștiință. Totuși, aceste particule care inundă Conștiința umană sunt destul de repede retrase înapoi în Spirit, după ce și-au îndeplinit rolul de exemplificare a viziunii spirituale pe care omul ar trebui să o aibă asupra vieții. Prin repetarea experiențelor iluminatorii, tot mai multe noi particule spirituale pot rămâne atașate, în „proprietatea” Conștiinței umane. Astfel, procentul de Conștiință prezent în om crește pe zi ce trece. Omul devine mai conștient, mai treaz...

Unii oameni (puțini) se nasc cu un exces de particule spirituale, alții îl dobândesc prin practică dedicată evoluției, iar alții (foarte puțini) îl capătă exclusiv prin grația Spiritului, pur și simplu.

Oare de ce nu toți oamenii, sau măcar majoritatea, nu cunosc starea de iluminare, ci rămân adormiți spiritual toată viața lor?

Răspunsul rezidă în doar două cuvinte: maturitatea Spiritului. Cum cele mai multe spirite încarnate actualmente sunt încă în plină evoluție, e de la sine înțeles de ce relativ puțini oameni au parte de trăiri iluminatorii și mistice. Pentru a genera o experiență de iluminare omului în care este încarnat, un Spirit imatur, tânăr, neexperimentat, ar trebui să transfere un număr mult prea mare de particule. S-ar putea ca procentul total de transfer să atingă 90-95% la vârful experienței. În acest caz, Spiritul ar rămâne prea sărac în particule-de-conștiință, ceea ce i-ar crește enorm vulnerabilitatea. Din contră, un spirit evoluat poate genera iluminarea cu doar 20-25% din totalul Conștiinței sale, care deține particule mai energizate.

În limbaj yoghin, iluminarea constă în ridicarea bruscă a energiei Kundalini către creștetul capului, într-un mod incontrolabil și oarecum destabilizant.

Totuși, nici măcar vârsta astrală mare a Spiritului nu este o garanție privind obținerea iluminării de către om. Șansele cresc când el urmează o cale spirituală, de orice natură ar fi ea. În acest caz, transferul de particule începe cu doze mici, echilibrate, ceea ce nu perturbă viața omului prea tare. Spiritul poate verifica și regla efectele din aproape în aproape.

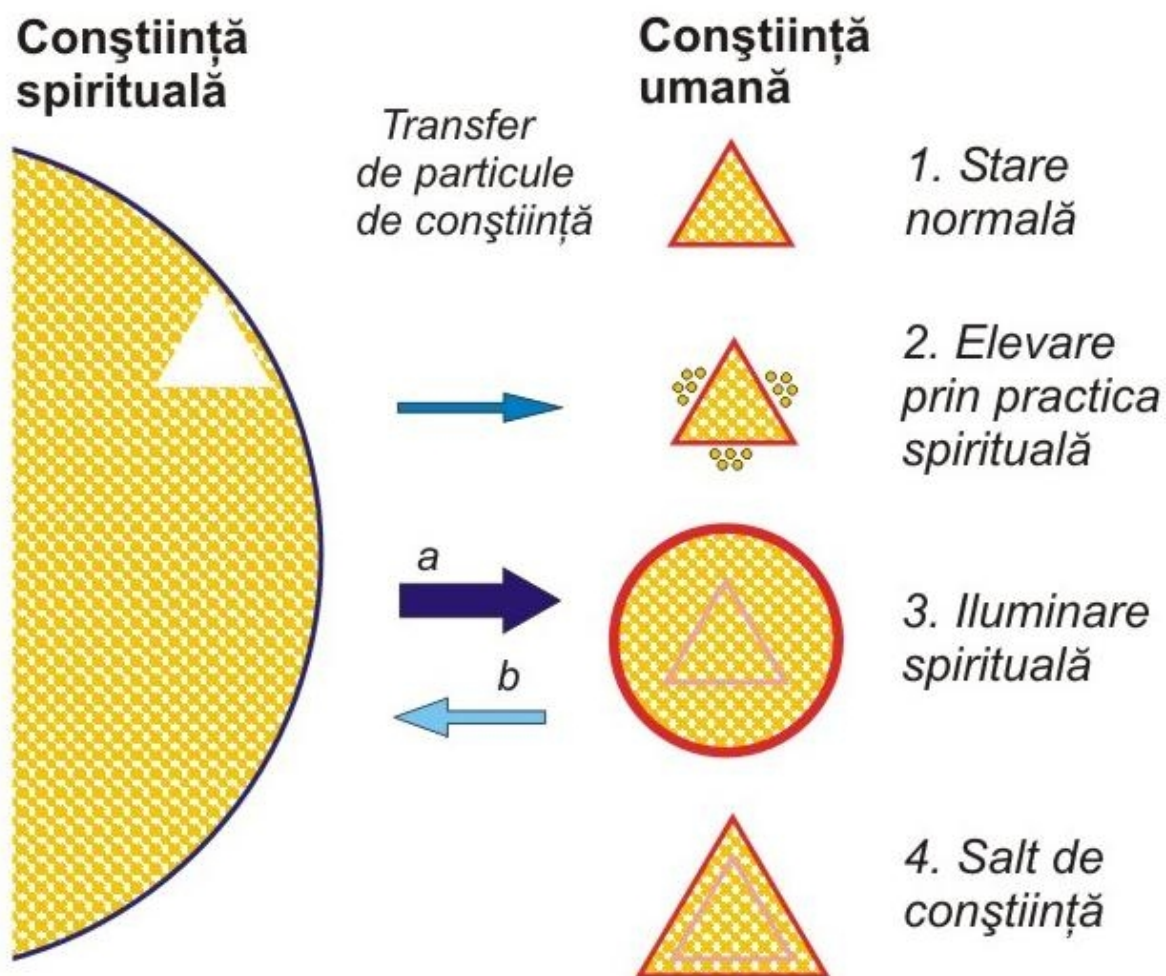
În limbaj yoghin, vorbim de trezirea energiei Kundalini în porții mici și zilnice, fără pericole, purificând treptat Sushumna și alte nadis-uri ori chakre. (Acest aspect este foarte puțin, aproape deloc menționat în scrierile de specialitate!)

La practicanții spirituali iluminarea vine în doze mici, crescându-le treptat intuiția spirituală și empatia cu maestrul și misticii. Astfel de căutători ai Adevărului sunt „parțial iluminați”, deși încă nu au cunoscut plenitudinea trăirii de vârf.

În final, trebuie să subliniem factorul central al apariției acestei experiențe bulversante: voința și înțelepciunea Spiritului, care nu poate fi nici evaluată, nici influențată de om. Atunci când cerem de la DUMNEZEU iluminarea spirituală, trebuie să înțelegem faptul că noi pretindem de la micul Dumnezeu din noi un autosacrificiu, prin care ne va ceda o parte din Forța Sa. Invocând iluminarea, să medităm, înainte de orice, la acest sacrificiu pe care îl pretindem Spiritului nostru – dacă îl merităm și dacă am purta cu demnitate acest cadou ceresc!...

Iată o explicitare grafică a noțiunilor prezentate până acum.

STADIILE NATURALE ALE ELEVĂRII CONȘTIINȚEI



Stadiile evoluției conștiinței umane

Explicații:

Am figurat **Conștiința spiritului** printr-un **cerc**, iar **Conștiința umană** printr-un **triunghi**, respectând astfel simbolistica din cartea mea, amintită mai sus. Amândouă sunt pline cu particule-de-conștiință (de culoare galbenă).

Stadii ale conștiinței umane:

1. Starea normală în care se află orice Conștiință umană. Aceasta apare odată cu nașterea omului, prin divizarea Conștiinței spirituale, care își transferă un procent din particulele sale de conștiință (în desen, am figurat extragerea triunghiului din cerc). Cercul este mult mai mare (figura nu îl prezintă în totalitate), acesta fiind cazul în care Conștiința

umană preia doar circa 5-10% din particulele Spiritului (am ales aici cazul unui Spirit elevat).

2. Prin practica spirituală autentică, de orice natură, sunt atrase un număr suplimentar de particule către Conștiința umană, care îi conferă o nouă calitate a vieții psihice, morale, spirituale. Este un stadiu pre-iluminatoriu.

3. Experiența iluminării spirituale este posibilă printr-un influx foarte mare de particule spirituale (săgeata a), care extind extraordinar de mult Conștiința umană, făcând-o similară cu cea a Spiritului, pe o durată limitată de timp. După un timp (minute, ore, zile), o parte din particulele aportate se reîntorc la sursa lor spirituală (săgeata b).

4. Ulterior experienței iluminării, Conștiința umană rămâne îmbogățită cu un număr considerabil de particule și o foarte bună comunicare telepatică cu Spiritul. Acest fapt îi produce o schimbare dramatică în percepția realității cotidiene, care devine mai vie, mai frumoasă, mai interesantă. Transformarea este de obicei ireversibilă, ceea ce se traduce printr-un salt de conștiință, o apropiere a omului de natura sa divină.

Vă urez să traversați cât mai repede și frumos cele 3 stadii evolutive superioare, chiar dacă nu este așa ușor! *De ce n-ar fi ușor?* Pe de o parte, omul occidental are la îndemână nenumărate surse de înțelepciune teoretică, din care își poate fabrica propria cale spirituală practică. Pe de altă parte, a trăi iluminarea se poate dovedi a fi dificil în lipsa unui Maestru fizic realizat pe deplin, a cărui prezență să catalizeze în noi înșine același proces psihic. Mai mult, omul modern, care trăiește în stres și aglomerație, cu greu își va putea menține liniștea lăuntrică necesară experiențelor spirituale intense. De aceea, omul zilelor noastre dedicat unei cercetări spirituale va urma, cel mai probabil, un drum diferit de discipolii clasici (retrași în locuri izolate și beneficiind de un Maestru autorizat). Este o cale nouă, adaptată traiului urban și vieții sociale intense. Ar putea consta în scurte retrageri în mijlocul naturii ori a lăcașurilor religioase, izolare în liniștea propriul apartament, în lecturi, în evitarea informațiilor mass-media și a altor stimuli negativi din societate.

Însă adevăratul progres spiritual devine posibil numai cu sprijinul primit de la Îngerii noștri, care ne vor da toată alinarea spirituală de care avem nevoie, fără însă a ne aduce într-o stare aparent nevolnică la început, de handicap social, specifică Marilor Treziri – căci lumea nu ne va înțelege și cu atât mai puțin ne va sprijini.

Cu alte cuvinte, iluminarea omului modern este una diminuată ca tărie, dar are totuși un impact enorm asupra vieții celui binecuvântat cu ea. Să ne mulțumim, așadar, cu orice scânteie de Lumină venită de la Dumnezeu, recunoscând că mediul actual în care viețuim este foarte ostil căutării spirituale! În lumea aceasta materialistă și cuprinsă de spasmele diverselor crize, păstrarea echilibrului mental și purității sufletului este o realizare spirituală majoră!!!

Să nu disperăm, să nu ne plângem că ne ratăm realizarea spirituală pe vecie, să nu fugim de viața pe care Spiritul ne-a ales-o! Scopul muncii noastre spirituale trebuie să fie, în primul rând, mulțumirea Spiritului nostru - care, în această încarnare, trebuie să experimenteze anumite lucruri prin intermediul nostru. Nu ideile noastre fixe despre retragerea în pustnicie sau alte modele copiate de prin cărți contează pentru evoluția spirituală. Contează mulțumirea Spiritului prin ceea ce facem, ce suportăm, cum ne transformăm și cum schimbăm lumea din jurul nostru...

12 septembrie 2012

ILUMINAREA SPIRITUALĂ, declanșarea unei noi funcții psihice

EUGENIA PRIN ILUMINARE

Iluminarea poartă diverse nume: *samadhi* în yoga; *satori* în zen; *nirvana* în budism etc. Este o experiență unică și măreață, de neuitat, operând o schimbare totală a perspectivei asupra vieții și chiar un stil nou de gândire, ca și cum omul ar fi suferit un transplant de creier. Deși iluminarea este scopul misticilor dintotdeauna, ea nu trebuie redusă la o „ciudățenie a călugărilor sălbăticiți”. Dimpotrivă, ea a fost trăită și de oameni de lume, profund integrați în societate. Elementul comun pentru toți aceștia este aspirația spre Dumnezeu și dorința de îmbunătățire personală dincolo de limitele egotice.

Toți iluminații și-ar dori ca și restul omenirii să poată cunoaște această experiență. Există niște scopuri pragmatice în asta. Minte nouă ne oferă șansa de a scăpa de 99% din problemele personale. *Incredibil! Cum?* Prin schimbarea de optică asupra „necazurilor” (socotite „oportunități”), prin claritatea mentală care ne ajută să facem alegerile optime și evitarea capcanelor existențiale etc.

Iluminarea nu numai că ne face fericiți ca indivizi, dar ea este un instrument admisibil de eugenie, o metodă eficace pentru regenerarea speciei umane. Dacă doar 1% dintre oameni ar trăi un episod iluminatoriu, măcar o dată în viață, planeta ar deveni foarte rapid un paradis pentru toți. Acești norocoși știu cel mai bine ce este altruismul și își pot ține sub control impulsurile egoiste, care sunt sursa majorității conflictelor umane. Iluminații sunt adevărații învățători spirituali ai lumii. (A nu se confunda cu așa-zișii *iluminatti*, niște impostori în materie de spiritualitate!)

Iată de ce credem că este bine să facem cât mai cunoscut fenomenul divin al iluminării spirituale. Nu este un capriciu, nici o modă, nici o fugă de plictiseală, nici un prilej de faimă, nici o nebuneală și nici un pericol. Iluminarea (sau cum vrem să-i mai spunem: trezire spirituală, cunoaștere de Sine, unirea cu Dumnezeu, conștiința cosmică etc.) este momentul îmbogățirii minții cu o nouă funcție psihică incredibilă, momentul schimbării profunde în bine a vieții noastre, momentul când devenim colaboratorul conștient al lui Dumnezeu.

Nu sunt cuvinte mari, ci dimpotrivă, sensul real abia dacă este sugerat de ele. De aceea, nu trebuie să ne oprim la vorbe, la cărți, conferințe și întâlniri spirituale, ci să încercăm, fiecare după puterile sale, să ne pregătim structura sufletului pentru a primi Grația iluminării... Aceasta nu e un lucru facil. De fapt, cunoașterea de Sine este cel mai dificil lucru de pe lume. Dar și cel mai prețios. Trebuie urmărit cu

perseverență, ca în orice antrenament sportiv sau afacere serioasă. El se sprijină pe o calitate foarte rară, cea de a fi sincer cu tine însuți, a-ți recunoaște trăirile ego-ului așa cum sunt ele - meschine, interesate, răutăcioase etc. Nu tu ești așa, ci ego-ul tău...

ILUMINAREA TREBUIE PREGĂTITĂ

Iluminarea este un eveniment istoric, dar ea trebuie pregătită îndelung, nu vine la întâmplare. Omul se apropie de înțelegerea adevărilor spirituale treptat, prin trăire personală, lecturi spirituale, îndrumări binevoitoare. La un moment dat, simte că este prins într-un iureș spiritual, dorind să facă mai mult pentru a se apropia de Voința Divină. Atunci își accelerează evoluția duhovnicească, încercând să pună în practică ceea ce presupune că necesită sfințirea ființei sale. Treptat, observă că primește ajutoare din invizibil, ca să înțeleagă mai bine ce se petrece cu viața sa și să se apropie de perfecțiune. Ajutoarele sunt tot mai consistente pe măsură ce intențiile sale spirituale sunt mai ferme. Conștiința sa devine tot mai receptivă la îndemnurile spirituale și se poate detașa de activitatea automată a minții. Omul trăiește un soi de dedublare, în care conștiința sa spirituală observă activitatea oarbă și mărginită a ego-ului. Nu se știe cât va dura această etapă de evoluție, dar în final omul se poate aștepta la acea minunată experiență divină, atât de slăvită de toți marii înțelepți.

Poate că unii s-au iluminat fără eforturi, dar aceia probabil că au depus munca necesară în viața anterioară, acum doar culegând laurii victoriei. Întotdeauna există cauze vizibile și invizibile în tot ceea ce se petrece cu noi. Niciun efort spre îmbunătățire morală și spirituală nu rămâne nerăsplătit! Rezultatele extraordinare vor apare, cu siguranță...

EGO-UL, ÎMBLÂNZIT, NU ANIHILAT

Vorbind despre starea de iluminare, gândul ne poate duce la pasivitatea transcendentală, în care nimic nu tulbură pacea Absolutului. Pentru a ieși din această aparentă indiferență față de lumea materială, se cuvine ca înțeleptul să încurajeze tendința naturală a ego-ului spre acțiune. Putem să influențăm cursul evenimentelor cu ajutorul dinamismului ego-ului, dirijat de această dată de luciditatea Spiritului. Lăsăm „micului eu” drept de decizie doar în chestiunile minore, repetitive, automate, instinctuale, putând însă oricând să intervenim ferm în modificarea uzanțelor dacă avem alt scenariu preferabil.

Pe o cale spirituală autentică, ego-ul nu trebuie distrus, personalitatea nu trebuie ștearsă, creierul nu trebuie spălat pentru a i se inocula diverse teorii bizare! Personalitatea umană trebuie să se dezvolte în tot ce are ea mai bun, pentru a proiecta în exterior toată frumusețea, bogăția și dorințele Spiritului. Fiecare ființă este unică. Iar ego-ul este

unica interfață prin care Spiritul se manifestă în lume. El trebuie încurajat să acționeze, dar sub oblăduirea înțelepciunii Spiritului. Ego-ul nu trebuie anihilat, ci îmblânzit. Un înțelept are o personalitate fermă, dar imprevizibilă, căci nu se încadrează în niciun tipar, acționând mereu cu totală libertate interioară.

Desigur, căința are rolul ei spiritual important, dar ea nu înseamnă să îți acoperi capul cu o glugă a renunțării la viață, a retragerii din societate, a inhibării oricăror preocupări interesante. Căința are rolul de a te face mai bun, de a-ți solicita renunțarea la ceea ce este urât în tine. Poți face acestea rămânând același om la exterior, dar optimizat psihologic. Omul superior reușește să mențină un echilibru între entuziasm și luciditate, între pofta de viață și autocontrol.

TREZIREA SEAMĂNĂ CU SPIRITUL

Iluminarea te transformă psihologic fundamental. Nu pierzi nimic util și bun din ce aveai, dar capeți o viziune nouă. Psihologic sau științific este imposibil de explicat cum apare această capacitate stranie, această viziune de neimaginat și totuși foarte naturală. De fapt, noua viziune este perspectiva dintotdeauna a minții spiritului încarnat. Este un întreg sistem coerent, complet, detașat de realitatea materială, pe care îl putem experimenta chiar cu mintea obișnuită, omenească – contopită acum cu mintea spiritului.

Există grade de realizare a acestei fuziuni între conștiința umană și cea a spiritului, există etape pregătitoare ale iluminării, în care mintea are străfulgerări spirituale, dar incomplete, temporare. De asemenea, fiindcă niciun spirit nu este identic cu altul, probabil că orice trezire spirituală este diferită față de a altui iluminat. Există însă multe asemănări minunate, așa cum rezultă din diversele descrieri ale fenomenului, acestea presupunând un rang relativ înalt al spiritului respectiv. Dacă însă un spirit încarnat este inferior, atunci o viziune – apărută dintr-un prezumtiv accident - nu ar fi nici pe departe atât de luminoasă, iubitoare, clară și benefică!... Pentru astfel de oameni necopți spiritual este mai potrivită religia, ca să îi învețe regulile morale înainte de toate...

CARACTERISTICILE CONȘTIINȚEI SPIRITUALE

În starea de iluminare, conștiința umană nu are încă acces la totalitatea minții spiritului (memoria vieților anterioare etc.), ci doar la viziunea sa, adică la conștiința spirituală. Iată câteva dintre caracteristicile conștiinței spirituale, din perspectiva omului iluminat:

- observarea lipsei de consistență a realității materiale, unde totul este efemer și în perpetuă transformare;

- recunoașterea irealității ego-ului, acesta nefiind altceva decât automatismele mentale formând o falsă personalitate;
- compasiunea și simpatia față de toate ființele universului;
- liniștea, tăcerea mentală care nu distorsionează realitatea, ci o oglindește fidel;
- o atenție globală asupra întregii realități.

Filosoful Ciuang-Tsî spunea încă de acum 2300 de ani: «Omul perfect își folosește mintea precum o oglindă; nu se atașează de nimic; nu respinge nimic; percepe fără a păstra.»

Cum să descriem atenția globală prin noțiunile obișnuite? Este mai mult decât o simplă atenție distributivă în câteva direcții („pe orizontală”). Având o atenție totală, nu pierzi din vedere sfera senzațiilor și sfera gândurilor, ci devii conștient și de o a treia sferă care le cuprinde și se extinde la infinit. Este o realitate extinsă, supradimensională, adăugată - „pe verticală” - la realitatea exterioară (senzorială) și cea interioară (a gândurilor, sentimentelor etc.).

Vă pare cumva că seamănă cu simptomele de schizofrenie? Nicidecum. Realitatea extinsă de care vorbim aici este inexprimabilă, intuitivă. Patologia amintită se rezumă la o „îmbogățire” a realității mentale cu fantasme ce dau impresia că vin din realitatea senzorială. Realitatea extinsă oferă sentimentul detașării de realitatea materială și mentală, dar fără a pierde acuitatea percepției lor. În cazul bolii psihice, trăirea într-o realitate paralelă e însoțită de pierderea lucidității. Nu se poate vorbi de observarea detașată a gândurilor – dimpotrivă, bolnavul este foarte prins de halucinațiile sale!

CALE SPRE ILUMINARE

Iată câteva citate care întăresc cele scrise mai sus despre ILUMINARE, din cartea „Moartea morții și desăvârșirea”. Este un scurt pasaj autobiografic scris la persoana a treia de către iluminatul român Ilie Cioară, combinat cu alte citate la persoana întâi:

«Concomitent cu numărul tot mai mare de informații în legătură cu desfășurarea existenței dincolo de mormânt, crește și setea de autoperfecționare. În acest sens, urmărind viețile sfinților, renunță la viața omului obișnuit și devine monah (*n.n.* - Ilie Cioară). Timpul și-l petrece între munca legată de serviciu și singurătatea locuinței, unde studiază numai literatura ce tratează căile și metodele care promet ameliorarea psihologică a ființei umane. Își însușește Rugăciunea inimii, pe care o rostește neîncetat zi și noapte.

După alți opt ani de privațiuni și luptă înverșunată cu pornirile ancestrale ale propriului ego, rămâne totuși nemulțumit. Întreaga strădanie nu i-a adus decât mici schimbări de suprafață, cu totul neînsemnate. În fața unui asemenea bilanț, ia hotărârea de a părăsi țara, pentru a îmbrățișa viața de sihastru pe muntele Athos. Securitatea însă, în ultimul moment, se opune.

Obligat să trăiască în continuare în același climat, începe să mediteze mai mult asupra credinței, practicilor religioase, diferitelor metode de luptă cu sine. În final

ajunge la concluzia că toate acestea nu conduc pe practicant la integrarea lui în „Marele Tot”, din care toate purced.

„Am folosit, și asta multă vreme, Rugăciunea Inimii. Și iată ce constat. Rostirea neîncetată a formulei blochează eliminarea energiilor care hrănesc și întrețin omul vechi. Or, în acest caz, cum ar putea să apară omul nou, cu totul diferit, în măsură să întâlnească Sacrul? Mai constat că, prin rostirea ei, întreaga minte s-a transformat într-un robot închis în propria lui găoace egocentrică, iluzorie însă.”

Într-un moment de revelație, află că puritatea minții și Absolutul nu pot fi atinse prin credință, voință, efort, imaginație, analize etc., și că orice activitate este și rămâne în orice împrejurare un obstacol permanent la întâlnirea omului cu Dumnezeu.

„Deci, nu eu merg spre Dumnezeu prin vreo activitate a minții, ci El vine înspre mine, când a încetat orice căutare a gândirii mele.”

În urma acestei fericite descoperiri, adoptă o nouă modalitate de întâmpinare a frământărilor ego-ului gânditor. Ascultă și privește cu întreaga atenție orice reacție a psihicului propriu care survine automat la mișcarea permanentă a vieții. Altfel zis - o stare de conștientizare spontană, realizată pe parcursul unei clipe, în care gândirea tace cu desăvârșire.

„Orice imagine, gând, dorință, dacă sunt bine întâlnite prin lumina atenției, ele dispar. Cu timpul, vin din ce în ce mai rar, iar unele din ele dispar complet. Acest mod de-a mă întâlni cu mine, simplu, dar greu de pus în practică, l-aș caracteriza drept o golire a minții de propriile ei acumulări care o definesc și o țin încătușată.”

Această simplă cunoaștere de sine o practică timp de circa doi ani și jumătate, când întâlnește o nouă și mare surpriză. Gândirea, fără nici un efort, își încetase zburdălnicia, ego-ul își pierduse însemnătatea în actul de decizie.

În structura lui se operase, pe căi nevăzute și neurmărite, o incizie, ca o fereastră spre Infinit. Această deschidere îi permitea practicantului să părăsească fără nici un efort mărginirea egocentristă, spre a întâlni Absolutul. Cărarea îngustă se descoperise singură!»

ILUMINARE ȘI MAGIE

Puterile și stările paranormale sunt altceva decât „iluminarea spirituală”.

Iluminarea este o stare de extaz divin în care ne simțim uniți cu restul creației. După această experiență de neimaginat, mintea omului suferă o modificare calitativă, în sensul percepției realității cu mai multă acuitate și înțelegere intuitivă. Acum omul aplică și înțelege preceptele cristice ale Iubirii universale în mod spontan, amplificându-și calitățile divine.

În schimb, tehnicile magice caută să extindă capacitatea mentală dincolo de limitele lumii fizice, pe teritoriul lumilor paralele. Oricât de vaste și deosebite ar fi acele lumi, oricât de atrăgătoare ar fi noile posibilități ale minții, totuși ele rămân limitate, iar omul se simte în continuare separat de restul creației. În plus, există marele risc ca omul să își manifeste defectele ego-ului cu și mai mare forță...

Dorința de a te extinde prin tehnici magice vine de la ego. Puterile paranormale îl fac pe acesta mai puternic (ego spiritual), ba chiar pot împiedica serios apariția iluminării spirituale. Aceasta din urmă

înseamnă tocmai reducerea la tăcere temporară a vocii zgomotoase a ego-ului.

Aspirația spirituală vine de la Spiritul propriu, îndemnându-ne să ne purificăm de imboldurile egoiste. Iluminarea nu este rodul unor anumite tehnologii mentale, ci acestea doar caută să liniștească mintea agitată. Practicăm liniștirea minții, dar nu în scopul unei experiențe extatice! Dacă ne declarăm acest scop, mintea și-l va imagina și ni-l va înfățișa ca și cum l-am fi obținut, ceea ce ne va amăgi. Iluminarea nu poate fi imaginată, deci ceea ce ne închipuim în prealabil este doar o himeră mintală.

Iluminarea este dată prin Grație divină. Ambițioșii care exagerează cu tehnicile spirituale, crezând că ele sunt sieși suficiente pentru a atinge „starea fără de dorințe”, se înșală. Dezvoltarea și rafinarea ego-ului nu duce la iluminare... Aceasta este capcana iluminării ³

Prin neidentificarea cu activitatea minții, automat ne situăm pe o poziție superioară, în rând cu Spiritul, începem să percepem lumea ca El. Antrenându-ne această abilitate, la un moment dat, printr-un declic sacrosanct, ni se deschide un nou palier, de unde putem supraveghea mintea relaxată, calmi, cu puteri stăpânitoare depline asupra ei. Aceasta este iluminarea, străpungerea spirituală. Abia de acum înainte se pot realiza tehnici magice de extindere a puterilor minții fără pericolul ca acestea să ne domine...

Pentru pregătirea psihică pentru iluminare vă propun următoarea tehnică, aparent simplă și binecunoscută, dar eficientă: observarea atentă și detașată a fluctuațiilor mentale (gânduri, dorințe, sentimente, imagini etc.). Se poate executa oricând, neavând contraindicații. Această autoobservare va diminua influența vagabondajului mental asupra comportamentului nostru cotidian.

Vă recomand și un manual eficient de meditație, scurt și la obiect: „*Atenția conștientă, calea spre nemurire*” de Ajahn Sumedho ⁴.

PLATA PENTRU ILUMINARE

Iluminarea cere totuși o „plată în natură”. Unii învățători spirituali au relatat că, după momentul de grație supremă, nu și-au putut reveni la o percepție normală decât cu mare greutate. Deși nu sufereau de o boală psihică, unele manifestări comportamentale ar fi putut indica aceasta. Trăiau într-o stare de contemplare continuă a realității înconjurătoare, de care nu se mai săturau. Nefiind în stare să se întrețină singuri, au supraviețuit din mila altora.

³ <http://www.calatoriainimii.net/2012/03/capcana-iluminarii/>

⁴ <https://drive.google.com/file/d/0B6JUPxwhWMxBXotCdlkxa2R6a00/edit?usp=sharing>

Eckhart Tolle ne povestește următoarele, în cartea sa „Puterea Prezentului” („The Power of Now” - titlu traductibil mai exact ca „Puterea Momentului Prezent”):

«Am fost trezit de ciripitul unei păsări din fața geamului meu. Nu mai auzisem până atunci un așa sunet. Aveam încă ochii închiși și am avut imaginea unui diamant prețios. Da, dacă un diamant ar putea scoate un sunet, așa ar suna. Am deschis ochii. Primele raze ale soarelui treceau prin draperii. Fără să mă gândesc, am simțit, am știut că este infinit mai multă lumină decât ne dăm noi seama. Acea lumină blândă filtrată de draperii era iubirea însăși. Ochii mi s-au umplut de lacrimi. M-am ridicat și m-am plimbat prin cameră. Am recunoscut camera și mi-am dat seama că niciodată nu o văzusem cu adevărat până atunci. Totul era proaspăt și pur, ca și cum tocmai ar fi fost creat. Am luat în mâini diferite lucruri, un creion, o sticlă goală, minunându-mă de frumusețea și viața care izvorau din ele.

În ziua aceea m-am plimbat prin oraș cuprins de o uimire profundă față de miracolul vieții pe Pământ, ca și cum tocmai aș fi venit pe lume.

În următoarele cinci luni, am trăit într-o stare de pace și fericire profunde și neîntrerupte. După aceea, ea s-a diminuat întrucâtva în intensitate sau poate că așa mi s-a părut mie, pentru că a devenit starea mea naturală. Puteam să funcționez normal în lume, deși mi-am dat seama că, orice aș fi făcut, nu aș mai fi putut adăuga nimic la ceea ce aveam deja.

Știam, desigur, că mi se întâmplase un lucru extrem de important, dar nu îl înțelegeam complet. [...] Mai târziu am învățat să mă cufund în acea lume interioară atemporală și fără de moarte, pe care o percepușem inițial ca pe un gol, și să rămân complet conștient. Am trecut prin stări de o indescriptibilă fericire și sfîntenie, față de care chiar și experiența inițială pe care tocmai am descris-o pălește. A venit un moment când, pentru o vreme, am rămas fără nimic în plan fizic. Nu aveam relații sociale, casă, loc de muncă, identitate socială definită. Am petrecut aproape doi ani stând în parc pe bănci, în beția celei mai intense fericiri.»

Un alt iluminat contemporan, **Mooji**, a fost întreținut ani de zile de sora sa, fiindcă el se dedicase trup și suflet noilor trăiri mistice. Iată un fragment din biografia sa ⁵.

«Timp de 6 ani, Mooji a fost purtat deseori într-o stare de meditație spontană, complet indiferent față de lumea exterioară. În acești ani, a trăit aproape fără bani, dar mereu absorbit în bucurie lăuntrică, mulțumire și contemplație. Grația divină a venit sub forma surorii sale Julianne, care l-a primit cu iubire în casa ei, acordându-i astfel timpul și spațiul de care el avea mare nevoie ca să își dezvolte spiritualitatea, fără presiunile și solicitările obișnuite ale vieții în societate. Mooji consideră această perioadă ca fiind „anii lui de pustnicie” și vorbește într-un mod impresionant despre sentimentul profund de a fi fost „așezat la Sânul lui Dumnezeu”. În multe aspecte, acești ani nu au fost deloc ușori pentru Mooji, dar el nu păstrează nicio urmă de regret sau remușcare la amintirea lor. Din contră, spune despre această fază a vieții sale că a fost mult binecuvântată și plină de grație divină, încredere și devoțiune.»

Vestitul înțelept **Ramana Maharishi** a cunoscut la începutul experiențelor sale mistice aceeași dificultate de a rămâne printre muritori. Iată o relatare ⁶ despre noua sa ființare:

«În acele luni era absorbit într-o continuă contemplare a Sinelui Suprem, fiind practic rupt față de lumea exterioară, astfel încât trebuia să fie scuturat de umeri cu putere pentru a observa și accepta hrana și apa pe care unii credincioși i le aduceau

⁵ <http://www.mooji.org/biography.html>

⁶ <http://liviugheorghe.wordpress.com/2012/02/22/nestemate-ale-misticii-orientale-ep-9/>

o dată pe zi. [...] În timpul șederii la Virupaksha, s-a realizat o întoarcere gradată a tânărului ascet - ce păstrase o tăcere deplină, fiind absorbit în contemplarea Sinelui - către realitatea exterioară. În timpul celor 30 de luni dintre venirea sa la Tiruvannamalai și perioada în care a început să răspundă în scris întrebărilor aspiranților spirituali, tânărul ascet a petrecut o perioadă spirituală intensă. În timpul acelor luni, fusese permanent cufundat într-un ocean de inefabilă fericire, uitând cu totul de trupul său și de lumea înconjurătoare, reîncepând apoi gradat să-și refolosească simțurile și mintea și să învețe din nou să privească în exterior și să comunice cu cei ce se apropiau de el. Întoarcerea lentă la activitățile obișnuite și la conversațiile cu ceilalți oameni pot fi descrise ca o renaștere într-o ființă nouă, în întregime pură, eliberată de dorințe sau amintiri.

[...] Era necesar acum să fie stabilite pe noi fundamente unele legături cu viața obișnuită și vorbirea, proces ce s-a desfășurat gradat și în timp îndelungat. Curând după Marea Trezire, el a început să viziteze templul din Madurai, iarăși și iarăși, contemplând nemișcat imaginea lui Nataraja și a altor zei. Așa cum el însuși explica mai târziu: „*Sufletul renunțase să mai fie una cu trupul și căuta un nou suport care să-l susțină*”. După o a doua experiență pe care a avut-o în anul 1912, Maharishi s-a simțit pentru totdeauna și în mod ferm stabilit în lumea Esenței Pure, percepend lumea fenomenală ca pe un film proiectat pe ecranul Sinelui Suprem sau ca pe un vis coerent, ce-i permitea totuși să se amestece printre oameni și să le vorbească, răspândind asupra lor compasiunea și grația sa nesfârșită.

Desigur, nu este obligatoriu ca fiecare iluminat să treacă prin aceleași etape de readaptare dificilă la viața obișnuită, dar există întotdeauna acest risc (sau binecuvântare?!). Poate că tocmai acesta este unul din motive pentru care NU toți căutătorii devotați ai spiritualității reușesc, chiar după eforturi de mulți ani, să obțină iluminarea. Aș spune că este o măsură de protecție din partea Divinității, de a-i feri de situații penibile sau umilitoare pe care nu sunt pregătiți să le înfrunte. Poate că misiunea lor prioritară este tocmai cea de a îngriji sau ajuta cu devotament alte persoane, înainte de a fi ei înșiși serviți... Sau poate că trebuie să rabde întâi unele suferințe karmice obligatorii. Căci iluminarea NU șterge automat și complet karma negativă prevăzută să fie arsă în această viață!...

CRITICA OBSCURANTISTĂ A CĂILOR ORIENTALE

Orice metodă psihomentală care încearcă să forțeze apariția unor stări extatice, de transă (cum sunt cele utilizate de către căile spirituale și școlile de metafizică), poate fi la fel de periculoasă pe cât de utilă se dorește a fi. De aceea, totul trebuie făcut cu măsură, bun simț, atenție, respect pentru propria persoană și ceilalți semeni, fără grabă și, mai ales, fără dorința de a dobândi puteri parapsihice!

Nu putem vorbi despre o școală spirituală autentică decât dacă a dovedit, de-a lungul timpului, că poate ajuta ființele umane să se ilumineze. O „cale spirituală” este mai complexă decât o religie; ea are ca obiective învățături morale, mângâiere psihologică, filosofie spirituală, metode pentru păstrarea sănătății și longevității, cercetare parapsihologică și... tehnici mentale. Religiiile se reduc doar la primele

trei obiective dintre cele tocmai menționate. Unele căi spirituale sunt tolerate în religiile majore ale lumii (de exemplu, isihasmul în creștinism, sufismul în islamism, cabala în mozaism etc.) iar altele reprezintă baza lor (de exemplu, în budism, în unele secte hinduse etc.). Toate căile spirituale autentice se adapă la același izvor de înțelepciune ce cuprinde cunoștințe tainice despre om și univers. Aceste cunoștințe, în general, au fost ținute departe de ochii ignoranților (ocultate), din motive întemeiate. Totuși, în epoca modernă, ele au fost răspândite pretutindeni în lume, formând așa-zisul „eso-terism” (adică spiritualitatea profundă). Vrând-nevrând, el pune în inferioritate religiile populare, care i se opun sub numele convențional de „exo-terism” (semnificând manifestările exterioare, superficiale ale spiritualității).

Din rândul publiciștilor care se declară „creștini practicanți” se aud critici acerbe la adresa curentelor moderne de tip new-age sau provenind direct din Orient. Ei pun toate relele pe seama hinduismului și yogăi, de unde consideră că se trag aceste învățături „demonice”. Unele critici sunt întemeiate, dar altele arată mai mult reaua-credință și ignoranța celor care le proferează. De fapt, privind situația cu luciditate, este mai degrabă o dispută între inadaptarea și superficialitatea exoterismului, pe de o parte, și atractivitatea și profunzimea esoterismului, pe cealaltă parte. A critica un sistem necesită o pregătire riguroasă și demonstrații imbatabile, însă pe tărâmul spiritualității se preferă disputele emoționale, argumentația retorică, apelul la propria tradiție (ca și cum ea ar fi absolut veridică), generalizarea unor erori particulare etc.

Trecând peste aceste inconsistențe logice, vom aminti în continuare câteva dintre argumentele prezente în Occident împotriva căilor spirituale. Căci ceea ce se întâmplă în Orient, deja nu mai miră „lumea civilizată”; acolo aproape că este „iadul” teologilor!...

ARGUMENTE ANTI-MISTICISM ORIENTAL COMENTATE

Argumentele provin din cartea „Yoga și meditația transcendentă” de John Weldon și Clifford Wilson, iar comentariile aparțin autorului acestui eseu.

Despre CARISMĂ ȘI RACOLARE

«1 - Sectele new-age pun în centru un Guru considerat a fi trimisul lui Dumnezeu pe Pământ. Dar unele dintre afirmațiile lor se dovedesc eronate sau comportamentul lor lasă de dorit, ceea ce le pune la îndoială toată învățătura.»

COMENTARIU: Niciun om nu e perfect, oricine poate greși în viață. Important este ca greșeala să nu fie majoră și să o recunoască ulterior. Este justificabil să ne păstrăm întotdeauna rezerve de luciditate.

Dar și în creștinism se pune la mare preț ascultarea fără crâcnire a superiorului, iar despre „mitul infailibilității” Papei de la Roma, să nu mai vorbim...

Există și mistici „autodidacți”, nu neapărat proveniți din vreo sectă hindusă, care au ajuns la aceeași învățătură, lucru care o validează, o dată în plus.

«2 – Acești guru aduc în Occident învățături distrugătoare ale moralității, ale spiritualității inteligente și ale valorilor creștine. Pledoaria lor fătășă în favoarea diferitelor forme de ocultism (de exemplu yoga), a spiritismului, a imoralității sexuale (de exemplu tantra) a ruinat mii de vieți.»

COMENTARIU: Aceasta este propaganda unei religii care se teme de concurență.

Învățătorii autentici nu sunt nici împotriva moralității și nici a creștinismului profund, ci eventual împotriva erorilor spirituale. Alăturarea în text a imoralității sexuale cu spiritismul este revoltătoare și aberantă, cele două neavând nimic în comun, dimpotrivă.

«3 – Unele școli de meditație orientală se autoprezintă ca nefiind religii, ci oferind metode științifice universal valabile. Aceasta e o înșelare satanică, pentru a putea racola credincioșii creștini.»

COMENTARIU: S-ar putea întâmpla și asta, în unele cazuri. Dar nu trebuie generalizat, mai ales că beneficiile meditației, fie ea indiană, tibetană, hawaiiană sau din alte părți ale lumii, sunt dovedite științific, dacă meditația urmează regulile stabilite de tradiția respectivă.

Despre ERORI DOCTRINARE

«4 - E adevărat că omul poate deveni „una” cu Dumnezeu, căci aceasta este și învățătura Domnului Isus Cristos, dar nu în sensul vedic hindus. În acesta din urmă se spune că omul devine Dumnezeu, ceea ce chiar se demonstrează prin siddhis (puteri oculte). »

COMENTARIU: În starea de iluminare avem senzația că suntem Dumnezeu (una cu Dumnezeu, ca și Dumnezeu etc.), așa se întâmplă cu toți, nu avem cum împiedica asta. Totuși, ulterior ne reîntoarcem în starea de conștiință umană, cu limitele sale umile.

A avea puteri paranormale nu te face egalul Creatorului Suprem, ci doar o micuță imagine a Sa, încă imperfectă.

«5 - Nu poți ajunge la Dumnezeu cu ajutorul faptelor bune și activităților disciplinei spirituale. Doctrina creștină susține că salvarea nu poate fi primită decât ca un dar. »

COMENTARIU: Nimeni nu poate dori în locul nostru, nimeni nu poate acționa în locul nostru. Munca spirituală personală este obligatorie.

Pe de altă parte, întotdeauna primim ajutor din lumea invizibilă, de la sfinți și spirite veghetoare, supuse Voinței Divine. Iar iluminarea supremă este, fără îndoială, un dar ceresc.

«6 – În creștinism, comunicarea cu Dumnezeu se face prin rugăciune și prin citirea Cuvântului Său. În schimb, în hinduism și yoga, comunicarea are loc prin meditație psihico-mistică (distrugerea eului) și prin sadhana (exerciții spirituale). »

COMENTARIU: Avem dreptul să fim diferiți și să practicăm metode diferite, în funcție de moștenirea culturală sau de preferințe.

Chiar și în hinduism există rugăciune și citirea scripturilor, după cum în creștinism există sadhana și meditație isihastă. Interiorizarea nu poate lipsi nici măcar din autocunoașterea psihologică, darămite dintr-o cale spirituală.

„Distrugerea eului” înseamnă de fapt subordonarea ego-ului în fața Spiritului, nu o anihilare.

«7 – Conform hinduismului, Brahman (Dumnezeu), fiind impersonal, nu are iubire. El a făcut lumea ca iluzie (maya) și lucrul acesta face parte dintr-un joc (lila). Adevărul creștin știe că Dumnezeu este o persoană iubitoare, care nu își bate joc de creaturile Sale. »

COMENTARIU: Dumnezeu poate fi privit din multiple unghiuri. De exemplu, în Biblie, Dumnezeul lui Israel este unul dur și răzbunător. Dar omenirea evoluează și se apropie treptat de adevărul rotund.

Nu trebuie să confundăm viziunile omenești asupra Divinității cu Viziunea Sa asupra realității cosmice! Concepte precum „maya”, „impersonal” și „lila” sunt doar niște repere vagi, niște comparații ajutătoare, dar nu însăși complexa Realitate, pe care nicio teorie nu o poate descrie corect.

«8 – În mod eronat, în hinduism se consideră că răul vine din ideea că ar exista o separare între Dumnezeu și om. Salvarea ar fi obținută luând la cunoștință despre iluzia separării (maya) și acceptând unitatea tuturor vieților, a tot ceea ce există (viziune monistă). »

COMENTARIU: Vorbind despre „rău”, putem înțelege diverse lucruri nedorite. Ignoranța este un rău, dar nu același tip de rău ca cel reprezentat de demoni. Într-adevăr, în doctrina monistă (advaita) nu se vorbește despre diavoli, deși ei există în Creație. Aceasta, pentru că non-dualismul vedantic se concentrează exclusiv pe aspectul transcendent și nu pe cel creat (din care fac parte demonii).

Teoria despre iluzia cosmică (*maya* - corect înțelesă ca *impermanentă*, nu ca inexistență!) nu este totuna cu realizarea ei prin experiență directă contemplativă. Iar când revenim din experiența spirituală, ne întoarcem la dualitate și separare. Lucrurile sunt complicate. Luarea la cunoștință a adevărilor transcendente este o primă etapă, dar nu ne salvează total și definitiv.

De fapt, „salvarea” este un proces continuu, care nu înseamnă altceva decât înlăturarea treptată a ignoranței spirituale, evitarea greșelilor, purificarea morală și evoluția spiritului. Toate religiile aduc aceeași mântuire (când o aduc), căci Dumnezeu nu favorizează pe nimeni doar fiindcă a aderat la o anumită religie efemeră. Salvarea „o dată pentru totdeauna” este un deziderat omenesc, dar care nu există nicăieri și niciunde. Spiritul trăiește în eternitate și are mereu de înfruntat

obstacole, ce îl fac tot mai înțelept și mai puternic. Nimeni nu ne poate scuti de activitate...

Despre PROBLEME PSIHICE ȘI SPIRITUALE

«9 – Nodul problemei este de a integra experiența conștiinței cosmice cu un stil de viață deja existent. »

COMENTARIU: Aceasta este o problemă a spiritualității umane în general, nu numai a celei orientale. Și misticii creștini au avut parte de aceeași trezire spirituală, cu aceleași dificultăți. Mai mult, unele persoane nici măcar nu au urmat vreo cale spirituală și tot au trăit un episod de conștiință extinsă, cosmică iluminatorie...

«10 - Se admite în general că trebuie să fii „în formă” pentru a face exerciții mintale anevoioase, altfel te așteaptă neplăceri serioase (posibile psihoze, posedări demonice, depresii etc.). Din nenorocire, deseori tocmai oamenii obosiți, instabili, frustrați și epuizați sunt cei care caută remedii universale în meditația transcendentală.»

COMENTARIU: Când sunt obosiți psihic, oamenii nu trebuie să mediteze. Le sunt de folos exercițiile fizice și psiho-somatice yoghine.

«11 – Spune un guru: *„Noi facem rugăciuni concrete, ca să atragem atenția acestor ființe superioare sau zei care trăiesc acolo (în lumea spiritelor)”*. Un anumit procent din cei care meditează riscă să ajungă spiritiști. Dar conform creștinismului, spiritismul duce la posesiune demonică, fiindcă explorarea metapsihică poate face ca individul să ajungă în atenția unor ființe care sunt, în parte, răuvoitoare, crude și viclene. »

COMENTARIU: Autorii confundă în mod răuvoitor spiritismul intelectual, structurat teoretic de Allan Kardec, cu invocarea demonilor din practicile vrăjitorilor sau cu practicile diletante provocate de simpla curiozitate, imature și nesupervizate de entități superioare. Este o eroare fundamentală. Spiritismul științific este o practică verificată în timp și adoptată actualmente de elitele intelectuale din multe țări civilizate.

Mai mult, și religia folosește rugăciunea către spirite. Isus și Maica Domnului ce sunt? Sfinții creștini ce sunt? Îngerii ce sunt? Nimic altceva decât spirite. Iar slujba ținută de preoți este, de fapt, o ședință spiritistă unde sunt invocate spiritele superioare.

«12 – *„În spatele oricărei cercetări metapsihice, a misticismului, ocultismului etc., conștient sau inconștient, este prezent sistemul yoga”*, spune eruditul Mishra. În concluzie, yoga este periculoasă! »

COMENTARIU: În concluzie, yoga este genială! Ne oferă un set de instrumente eficiente pentru evoluție spirituală dacă sunt folosite înțelept. E nevoie însă de îndrumarea unui instructor calificat și de angrenarea intuiției personale, pentru a nu depăși dreapta măsură și a nu ne supune la riscuri inutile.

Sunt total de acord cu citatul din brahminul Shri Purohit Swami: «Oamenii uită că Yama și Niyama (rezistența morală, mintală și chiar fizică viguroasă) constituie temelia, și că, dacă aceasta nu este bine pusă, ei n-ar trebui să practice nici măcar poziții sau exerciții respiratorii.» Dar, după cum unele secte

absurde se folosesc de numele lui Isus pentru a atrage creduli, tot așa unele secte imorale se folosesc de instrumentele yoga pentru a-și zăpăci aderenții. Avem și pe meleagurile noastre un exemplu notoriu de sectă de yoga dâmbovițeană – nomina odiosa –, unde bunul simț, măsura și rușinea nu își au locul. Dar nu știința yoga e de vină pentru bătăria și răutatea unor practicanți! Să ne gândim că laserul este folosit azi cu mare succes în operațiile medicale, dar tot cu el se poate distruge viața...

YOGA TRADIȚIONALĂ, UN SISTEM PROFUND SPIRITUAL

Paragrafele scrise ceva mai sus despre iluminarea spirituală rezonază în special cu disciplina spirituală numită Jnana-yoga. Ea este îndeobște considerată a fi dificil de urmat, solicitând o atenție mereu vigilentă, lucru greu de obținut de omul zilelor noastre, prins în stresul cotidian. Înțelepciunea antică indiană a găsit însă soluții: căi precum bhakti-yoga sau karma-yoga, folosite alternativ sau simultan.

Bhakti-yoga se folosește de emoții pentru a înălța sufletul credinciosului. Aceasta este, de exemplu, calea creștinismului – prin ritualuri sacre și rugăciuni de comuniune, creștinul este mereu readus în contact emoțional cu Isus Cristos, Maica Domnului și Sfinții. Ce ușor ne putem concentra asupra unui subiect care ne produce plăcere, nu-i așa? De exemplu, amintirea unei persoane iubite.

Bhakti-yoga preia această capacitate a emoției de a focaliza mintea și înlocuiește subiectul plăcerii cu cel religios. Nu de puține ori am auzit termenul „mireasa lui Cristos”, care exprimă sublimarea instinctului sexual în iubirea ideală față de bărbatul sfânt Isus. În India, emoția amoroasă este sublimată de călugări în dragoste față de Mama Divină, adică Dumnezeu. În acest fel, concentrarea asupra celor sfinte este facilitată de emoția iubirii pure. Este o metodă utilă mai ales când omul are o structură sufletească predominant emoțională și mai puțin introspectivă, rațională. În acest fel, își purifică sufletul de zgura egoismului, dar încă păstrează distanță față de divinitatea sa lăuntrică.

Karma-yoga este atitudinea interioară recomandată de înțelepți să o avem pe timpul oricărei activități: să renunțăm mental la roadele (se subînțelege, pozitive) ale faptelor noastre, pe care I le oferim lui Dumnezeu. Se spune că, în acest fel, vom scăpa de urmările karmice obligatorii în urma oricărei acțiuni. Desigur, lucrurile nu sunt așa de simple. Unii au transformat-o într-un sistem de sine stătător pentru oamenii de acțiune, care nu au timp sau talent pentru alte căi spirituale. Dar, credem noi, mai degrabă se pretează a fi o metodă auxiliară pentru Jnana-yoga sau Bhakti-yoga. Pe cât de simplă pare Karma-yoga în teorie, pe atât de dificil este de pus în practică corect.

Reperul după care trebuie să ne ghidăm este chiar modul de acțiune al iluminatului autentic – el acționează fără motivații egotice. Tot ceea ce face, este un tribut adus lui Dumnezeu, acelei stări copleșitoare pe care a trăit-o ca iluminare spirituală. Chiar atunci când face lucruri mărunte, le face cu o atitudine religioasă, ca și cum de ele ar depinde însăși existența sa. Nu îi pasă dacă nu se va bucura de roadele muncii sale, căci este convins că ea a ajutat sau va ajuta pe cineva. Întrucât se identifică cu toate ființele universului, fapta bună se va întoarce înapoi, într-o formă sau alta, ca o răsplată venită la momentul oportun.

Chiar atunci când scopul acțiunii pare a fi pur egoist, cum ar fi de exemplu sportul, acționează cu aceeași atitudine de iubire, ca un obol adus Scânteii divine din el. Poate că, oferindu-i-se acum prilejul de a-și consuma unele mici plăceri nevinovate, Spiritul încarnat își arde karma acumulată mai demult (sub forma unor gânduri ambițioase, pofticioase refulate) și astfel se purifică de reziduurile care îl trag în jos pe scara evoluției spirituale.

În concluzie, orice îndemnuri sau sfaturi privind Karma-yoga nu pot fi practicate corect decât dacă reușim să ne transfigurăm parțial într-un om iluminat (ca în Jnana-yoga) sau sfânt (ca în Bhakti-yoga). Altfel, totul poate rămâne un joc al minții, în care doar ne închipuim că ne consacram dorințele profane, omenești...

HIPNOZA ȘI ILUMINAREA CONȘTIINȚEI

Hipnoza! Iată o metodă care nu ține de căile spirituale tradiționale, dar ar putea promite realizări similare facile și rapide. Totuși, atenție! În primul rând, din principiu, trebuie să fim rezervați față de călătoriile prea rapide, la care nu ne putem adapta corespunzător. În al doilea rând, ceea ce pare prea facil poate conține capcane nebănuite. Hipnoza este un instrument controversat - puternic, deci nicidecum fără riscuri!

Există diverse metode și terapiuți (atenție la șarlatanii fără atestare în hipnoză!), dar toți se folosesc de capacitățile incredibile ale oricărei minți omenești de a se lăsa sugestionată. De aici poate apare și riscul creșterii sugestibilității subiectului în afara experimentului hipnotic, chiar dacă este condus ireproșabil (sugestii posthipnotice, dependența de terapeut, de terapie, reducerea capacității critice ori alte efecte secundare).

Pe lângă aplicarea ei clinică supervizată, se cunosc și nenumărate cazuri de folosire dezastruoasă a hipnozei de către simpli curioși sau iresponsabili care au vrut să cerceteze nevăzutul pe seama unor subiecți inconștienți, ce s-au ales cu grave urmări psihice. Se poate vorbi chiar de lezarea liberului arbitru al persoanei hipnotizate, deși tema controlului voinței nu numai că este foarte controversată, dar e și complicată de faptul că nu este posibil să spui exact cum arată adevărata voință a unei persoane.

Iată câteva mărturii care prezintă posibilitățile incontestabile și nelimitate ale hipnozei de a ne propulsa într-un tărâm al viselor frumoase, preluate din broșura „HIPNOZA” de Martin și Deidre Bobgan.

«Analizând atent fenomenele descrise de profesioniști, putem spune, alături de Daniel Goleman, că: „*Precum meditația și biofeedback-ul, tot așa și hipnoza unei persoane poate deschide calea spre o întreagă paletă de stări diverse de conștiență sau, mai rar, spre stări modificate de conștiență*”.

Profesorul de psihologie Charles Tart a cercetat hipnoza în laborator pe un tânăr subiect numit William, cu ajutorul căruia a măsurat nivelurile de profunzime ale hipnozei.

Mai întâi se constată o senzație de destindere, apoi o părăsire a trupului fizic, pe care William îl desemnează ca fiind „doar un lucru, ceva pe care l-am lăsat în urmă”. Puterea vizuală este diminuată, are senzația de întunecime care devine tot mai intensă. El se simte liniștit și calm, până când odihna și pacea „nu mai sunt niște noțiuni pline de sens... dacă s-a depășit acest punct, nu mai există eu sau sine care să se poată simți liniștit sau neliniștit”.

În stadiile incipiente, William este conștient de sine, dar apoi identitatea sa „se concentrează treptat asupra capului”. Mai târziu are sentimentul că nu mai este el însuși, ci ceva mult mai mare: potențialul de a fi putea orice”. Sentimentul lui William de trecere a timpului se risipește, face loc unui sentiment de atemporalitate. Și la nivelul inferior se găsește o „conștiență a unui fel de muzică monotonă sau zumzăit, însoțită de un sentiment că sunt posibile experiențe tot mai multe și mai importante”. Tart afirmă: „Muzica despre care vorbește William este probabil în legătură cu concepția hindusă despre silaba sfântă OM, probabil o notă fundamentală a universului, pe care omul o poate „auzi” dacă mintea lui vibrează tot mai mult în armonie cu universul”.

La încheierea relatării sale despre experiment, profesorul scrie că William a ajuns la stadii „care seamănă cu cele din descrierile orientale a unei conștiențe a vidului, a nimicului..., în care se lasă în urmă spațiu, timp și sine, și unde nu mai există decât conștiența pură a nimicului primordial, din care provine toată creația manifestată”. El spune mai departe că asemenea experimente „oferă posibilitatea de a folosi stări de transă hipnotică la cauzarea și/sau modelarea experiențelor mistice”.

Ernest Hilgard, psiholog cercetător al hipnozei, descrie hipnoza profundă, printre altele, cu următoarele cuvinte: „...Apar deformări ale conștienței care indică anumite elemente comune cu descrierile experiențelor mistice. ...Timpul care trece își pierde importanța, pari să-ți lași trupul în urma ta, apare un nou sentiment al unor posibilități interioare nelimitate care îți găsește în final punctul culminant și concluzia în sentimentul de a fi una cu universul”.

Psihologul clinician Peter Francuch descrie astfel experiențele care au loc pe diferitele trepte ale transei hipnotice: „Se parcurg până la cinci sute de stadii și trepte diferite, care sunt imaginile diferitelor stadii și trepte ale lumii spirituale, ca și a condițiilor care domnesc acolo. Starea de la treapta a 126-a corespunde celei descrisă de misticii orientali”. Francuch a condus unele persoane mult peste această treaptă de transă și descrie astfel experiențele unuia dintre subiecții săi: „Subiectul părăsește stadiul al 126-lea, starea de gol, de vid, de nimic, Nirvana, ca un individ nou-născut cu o conștiență înaltă a individualității și diferențierii sale, și în același timp cu un sentiment de contopire interioară și exterioară cu universul și cu creația; el a fost deci concomitent una cu creația și deosebit de ea. Această stare se sustrage unei descrieri cu cuvinte, întrucât limba omenească nu posedă nici un fel de posibilitate de exprimare”. El spune mai departe: „Mi s-a relatat că la depășirea celei de a mia trepte sunt anulate toate regulile și legile, așa cum le cunoaștem de la toate nivelurile spiritualității și lumii fizice, naturale, și va lua ființă ceva complet nou”.

În concluzie, oare se poate folosi hipnoza pe scară largă pentru obținerea unor stări de conștiință iluminatorie? Poate deveni hipnoza o cale spirituală în sine?

În primul rând, privind problema în mod elementar, dacă ar fi putut înlocui căile spirituale tradiționale, ar fi trebuit ca hipnoza să fie deja cunoscută pentru asta.

În al doilea rând, o cale spirituală nu se oprește la obținerea unor stări de conștiință modificată, ci continuă întreaga viață, ajutând la integrarea acelor niveluri de conștiință înaltă în viața obișnuită a practicantului. Acesta este un scop poate mai nobil și mai dificil decât atingerea ocazională a unei experiențe metafizice.

În al treilea rând, pentru a decide dacă trăirile înalte raportate de profesioniștii hipnozei (cum sunt cele de mai sus) au efecte benefice ulterioare asupra vieții subiecților, dacă ședințele de hipnoză îi ajută realmente să evolueze spiritual, ar fi trebuit să deținem o cazuistică bazată pe asemenea informații. Aceste informații ne lipsesc însă – nu numai nouă, ci și din literatura științifică sau esoterică. Mai mult, nimeni nu și-a deschis încă o școală declarat spirituală bazată pe hipnoză, care să prezinte studii serioase asupra utilității hipnozei pe întreg traseul spiritual al subiecților săi.

În general, situațiile selectate din broșura de mai sus pot fi considerate a fi iluminatorii, probabil din următoarele condiții favorabile:

1. Calitatea spirituală bună a subiecților supuși hipnozei profunde.
- *Ce se întâmplă însă cu subiecții având un fond spiritual și moral defectuos și o karmă negativă puternică?*

2. Calitatea spirituală bună a hipnotizatorilor (oameni de știință, cercetători riguroși, medici dedicați etc.) a atras după sine șanse mai mari de succes în experimentele lor, ba chiar descoperiri spirituale remarcabile cu ajutorul subiecților hipnotizați.

- *Ce se întâmplă însă cu practicanții hipnozei care nu au dreptul divin de a investiga realitățile spirituale superioare? Au ei aceleași șanse de a ajuta subiecții să atingă stări de conștiință care le depășește înțelegerea ori suportabilitatea?*

3. Intențiile total pozitive și deschiderea către sondarea lumii invizibile a ambilor parteneri de experiment.

- *Dar oare un hipnotizator care nutrește în mod obișnuit gânduri josnice (deși ar putea fi inițiat în doctrinele esoterice!), care vrea să se folosească egoist de informațiile obținute cu ajutorul subiectului (în maniera specifică invocațiilor magice), care chiar încearcă să îi inducă acestuia sugestii posthipnotice destinate manipulării sale (fie din simpla curiozitate, fie în scopuri meschine), un astfel de hipnotizator ar putea oare vreodată să obțină rezultatele extraordinare descrise în cazurile de mai sus?*

Desigur, aceste întrebări retorice conțin deja răspunsul evident: Nu oricine și nu oricum poate folosi hipnoza în scopuri spirituale. Hipnoza este un simplu instrument, ca și yoga sau meditația, dar depinde pe mâinile cui și în ce scop este folosit. Și ar mai trebui să facă ceva omul care se pregătește de începerea ședinței hipnotice: să invoce sincer, din suflet, Forțele spirituale benefice ale Universului, pentru a-i sprijini demersul spiritual, ferindu-l de pericolele nebănuite ce pot deturna experimentul hipnotic!...

NOTĂ: Sofrologia este o tehnică de relaxare înrudită cu hipnoza, în sensul că aduce pacientul într-o stare de conștiență modificată, superioară. Astfel, pacientul este capabil să se concentreze într-un mod excepțional asupra unei idei precise. Fiind bazate pe tehnicile de autohipnoză, yoga și meditație, tehnicile sofrologiei cuprind exerciții mentale și respiratorii, vizualizări și anumite exerciții corporale.

14 mai 2012

UNDE E FERICIREA?

«Ți-a trecut vreodată prin mine că ceea ce numești „fericirea mea” este de fapt lanțul tău, închisoarea ta?... Știi tu ce înseamnă să fii fericit cu adevărat? Să nu fii supărat niciodată, să nu ai teamă niciodată, să nu fii neliniștit, să nu ai conflicte interioare, nici dureri sufletești. Niciodată. Asta înseamnă să fii fericit cu adevărat!» (Anthony de Mello, conferința „*Redescoperirea vieții*”⁷)

Omul nu își poate găsi fericirea pe Pământ. Mereu are prilejuri de regrete, visând la presupuse alternative mai satisfăcătoare. Niciodată sufletul nu îi este plin până la refuz. Cu excepția unor scurte momente de împlinire, care trec însă imediat, lăsând locul nostalgiei sau aspirației spre mai mult, mai frumos, mai pur. Sau grijii apăsătoare pentru inevitabila lor pierdere, lipsă, furt etc. Satisfacțiile carnale sunt și ele de scurtă durată, solicitând imediat noi eforturi spre repetarea lor. Dar sufletul cere altceva. Este dornic de armonie nesfârșită și netulburată, care nu poate fi găsită pe Pământ.

Lipsa fericirii ABSOLUTE, neîncetate, este, prin urmare, starea normală a omului. Și există un motiv serios să fie așa: pe Pământ trăiesc entități care nu suportă fericirea. Ele fac tot ce pot pentru a împiedica oamenii să fie fericiți. Se întâmplă acest lucru de atât de mult timp, încât oamenii nici nu-și pot închipui că ar putea fi altfel.

Fericirea absolută nu poate fi găsită decât aproape de Dumnezeu. Viața terestră este doar o haltă în călătoria către Suprema Fericire. Nu trebuie să ne lamentăm, ci să ne stingem invidia, căci nimeni nu este perfect fericit pe acest tărâm efemer. Să ne bucurăm totuși că Fericirea este posibilă, ba chiar o putem întrezări în unele experiențe. Prin viața spirituală căutăm fericirea adevărată. Fără spiritualitate, nici nu putem spera că vom fi vreodată fericiți cu adevărat. Când prințul Gautama Siddhartha a înțeles aceste lucruri, a putut deveni Buddha...

Știi că ai fi vrut ca fericirea să fie mai ușor disponibilă... Iar Divinitatea pare atât de departe, de neatinș chiar, sau poate nici nu există?! În plus, mulți ți-au promis că-ți vor livra fericirea aici și acum (chiar dacă te-au păcălit). Cum să renunți la speranța de a o cunoaște față în față, ca într-o întâlnire romantică?! Speranța moare ultima, ea ne ține în viață, cum am putea trăi fără ea?! Cât ești tânăr, n-ai altceva de făcut decât să speri, căci ai viitorul înainte... și crezi că vei deveni absolut fericit și împlinit cândva. Da, clipe scurte de fericire îți pot jalona traseul vieții, din când în când. Doar că sunt scurte, prea scurte... Și nu se repetă după cum ai vrea, apar mereu complicații, condițiile nu sunt mereu optime, imperfecțiunile omenеști îți strică bucuria. Speranța te ajută să rabzi lipsa fericirii, dar nu ți-o și aduce... A visa la ea sau a o evoca nu este o soluție realistă, ci un paliativ pentru tristețea Pământului.

⁷ <https://www.youtube.com/watch?v=OUQoSrlawuA>

Cu timpul, capeti rafinament, te bucuri mai ales de chestiunile elevate, care-ți provoacă stări sufletești deosebite, deși trecătoare și ele. Cele mai frumoase și plăcute sentimente sunt cele legate de spiritualitate, când simți energiile divine. Oricine se poate apropia, după propriile puteri și înzestrări, de fericirea angelică – prin fapte cucernice și generoase, printr-o atitudine pozitivă și altruistă, prin receptivitate la frumos și bine, prin gândire înaltă și prețuirea adevărului... Sfaturi bune găsim pretutindeni.

Dumnezeu nu este undeva, departe, inaccesibil. E aici, în noi, ca și lângă noi. Dar pe mulți dintre noi nu ne interesează decât ajutorul Său concret (pomana), prezența Sa vizibilă, aspectele Sale materiale. Aici exagerăm. Dumnezeu e ascuns în noi sub forma Spiritului, a Conștiinței imateriale, delicate, discrete. Așa ne putem apropia de El fără formalități, fără intermediari, fără condiții. Discret și delicat. Dumnezeu ne dă întâlnire chiar în Inima noastră spirituală, unde vom găsi adevărata Fericire...

Închipuie-ți că tocmai ai murit...! Tocmai ai murit...! Ai murit...!

Ce regrete lași în urma ta?... Exact acelea sunt dorințele tale cele mai puternice. Lasă-le să se ducă în neant! Nu ai nevoie de ele... Ghemul dorințelor formează ego-ul. Lasă-l să explodeze în mii de cioburi. Rămâi liber!

Scapi de ego scăpând de dorințe. Când acesta se dizolvă sau se sparge, în locul său pătrunde instantaneu Tăcerea atotcuprinzătoare. Ea are grijă de tine mult mai bine decât o făcea ego-ul. Lasă-te în seama ei!...

Căutarea fericirii în lucrurile pământești continuă în fiecare reîncarnare a Spiritului, dar eșuează mereu. În fiecare viață apar noi doruri, noi aspirații, care se vor concretiza în ipostazele vieților următoare. Universul material nu ne rămâne dator atunci când îi solicităm una sau alta. Un singur lucru nu poate să ne ofere: Fericirea adevărată. Ea ține numai de apropierea de Dumnezeu, atât a omului (prin rafinarea percepțiilor și a intereselor), cât și a Spiritului (prin creșterea experienței și purificare).

PERSPECTIVE PSIHOLOGICE

Nu toți sunt de acord cu spusesele mele. De exemplu, psihologul Albert Ellis, exponent de seamă al terapiei cognitive, crede că a găsit motivele nefericirii noastre și că fericirea va apare imediat ce recunoaștem și înlăturăm aceste păreri nefondate, dar larg răspândite. Teoria potrivit căreia nu întâmplările care se petrec sunt cauza suferinței noastre, ci reacțiile noastre - bazate pe credințe - reprezintă baza modelului formulat de dr. Ellis.

Să vedem care sunt cele trei credințe iraționale principale și universale - cu manifestări diverse - care ne creează tuturor probleme și pe care Ellis le-a numit „cele trei pretenții de bază”:

1. O pretenție legată de propria persoană: *„Trebuie să reușesc și trebuie să câștig aprobarea celorlalți, altfel am dat greș”*. Duce la anxietate, vinovăție, depresie.

2. O pretenție legată de ceilalți: *„Oamenii trebuie să se poarte cu mine așa cum mi-ar plăcea mie să se poarte - corect, atent, amabil. Dacă ceilalți nu se comportă astfel, înseamnă că nu sunt buni și ar trebui condamnați și pedepsiți pentru acest comportament”*. Duce la furie, comportament pasiv-agresiv, violență.

3. O pretenție legată de lume: *„Trebuie să am ceea ce-mi doresc, atunci când îmi doresc lucrul respectiv și nu trebuie să primesc ceea ce nu-mi doresc. Este îngrozitor dacă nu reușesc să obțin ceea ce-mi doresc, iar când se întâmplă acest lucru, e de nesuportat”*. Duce la amânare, „mentalitatea de victimă” și auto-compătimire.

Care este antidotul pentru aceste principale moduri iraționale de a gândi? Acceptarea. Acceptarea „realității”, indiferent cât de dezagreabilă pare aceasta. Și mutarea accentului de la orgolioasa *pretenție* (obligatorie în viziunea noastră) la simpla și umila *preferință*.

Teoriile psihologice sunt utile, pentru că ele punctează foarte exact neputințele omului. Terapiile cognitive sunt bune pentru că aduc la lumina conștientului o sumedenie de procese inconștiente care ne controlează. Majoritatea demersului meu publicistic este cognitivist – vrea să conștientizeze cititorul în legătură cu mecanismele care rulează în abisurile psihice. Mizez pe puterea sa de a le înțelege, a interfera pozitiv și conștient cu ele, a colabora sau chiar a le conduce în scopuri total benefice. Dar în ciuda eforturilor psihologiei și domeniilor conexe ei, oamenii vor rămâne mereu cu slăbiciuni și calități, cu perioade mai bune sau mai proaste, cu sensibilități irepresibile, indiferent de faptul că li se va spune că au unele atitudini „iraționale”.

Psihologul Eric Berne, fondatorul analizei tranzacționale, spunea: «Oamenii stau într-o hazna până la nas. Dacă le întinzi mâna ca să-i scoți de acolo, ei vor zice: *Nu, mulțumesc! Doar atât vă rog: spuneți-le ăstora să nu mai facă valuri!*» (citată de Anthony de Mello)

Psihoterapiile trebuie completate cu practici și învățături spirituale. Acestea oferă un sprijin accesibil oricând și, când sunt investite cu o credință totală, angrenează la maximum puterea autosugestiei. Dar învățăturile spirituale trebuie interiorizate, trăite personal.

Iată ce spunea un mare înțelept, Omraam Mikhael Aivanhov, despre *pretențiile* noastre de a atinge fericirea fără a căuta și înțelepciunea:

«Nu am venit pe Pământ ca evenimentele să se desfășoare conform dorințelor noastre (mai ales că dorințele unora sunt rareori în acord cu dorințele altora!), ci să învățăm niște lecții din tot, să judecăm, să analizăm și să descoperim legile ce guvernează creația și creaturile. Fiecare om trebuie să treacă prin niște încercări în școlile celeste ca și în cele umane, de aceea nu trebuie să negligeze nici un exercițiu. Chiar și grijile, necazurile, decepțiile... iată încă o materie asupra căreia el trebuie să lucreze pentru a deveni puternic și stăpân pe sine.» („Gânduri pentru fiecare zi: 14 Septembrie”)

30 noiembrie 2012

FORMALIZAREA DISONANȚEI COGNITIVE

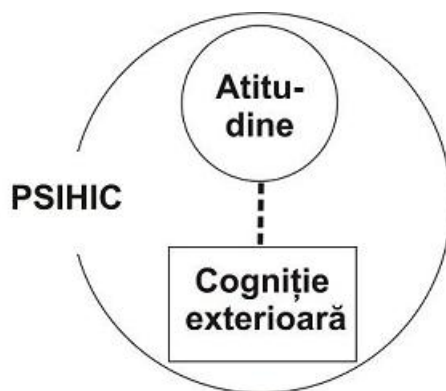
Scopul lucrării:

- Formalizarea reacțiilor psiho-sociale la apariția unei disonanțe cognitive.
- Eliminarea ambiguităților care acoperă acest termen, chiar și în literatura de specialitate.

Introducere

Oamenii experimentează deseori fenomenul de disonanță cognitivă. El constă într-o stare de disconfort psihologic cauzat de existența a două cogniții între care subiectul sesizează o inconsistență logică.

Disonanța este o relație psihică binară între o cogniție interioară preexistentă (numită și atitudine) și una exterioară (care poate fi un fapt, o idee, un sentiment sau propriul comportament).



Disonanța cognitivă

În cazul unei obligatii exterioare, la presiunea mediului social sau natural, disonanța nu apare, fiindcă, dispărând libertatea de alegere și acțiune a individului, atitudinea lăuntrică își pierde importanța, este anihilată ca termen al relației binare.

Cognițiile nelegate între ele sunt irelevante mutual și nu duc la disonanță.

ATITUDINILE au trei componente: a) opinii, convingeri mentale; b) credințe colorate emoțional; c) intenții comportamentale. Atitudinea are atașată și o valoare. O atitudine poate conține toate cele trei componente sau numai unele, ori poate eventual să facă parte dintr-un complex de atitudini.

Disconfortul poate fi experimentat ca o stare emoțională negativă (anxietate, vină, rușine, mânie, jenă, stres etc.).

Se consideră că psihicul ce trăiește o disonanță cognitivă va tinde să se elibereze de tensiune, alegând o cale rapidă și activă de reducere sau eliminare a acesteia. Totuși, uneori acest lucru nu se petrece, psihicul putând alege calea uitării sau ignorării factorilor implicați.

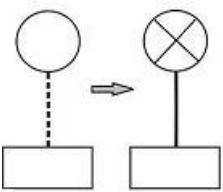
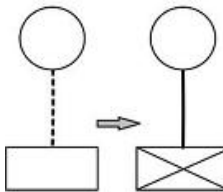
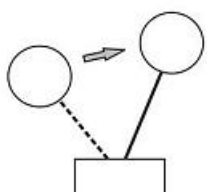
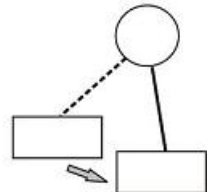
După părerea noastră, *conștiința* are mai mult rolul de *declanșare* a reacției la disonanța cognitivă, dar modul de reacție nu este întotdeauna unul conștient (de aceea, deseori nu putem explica de ce am acționat într-un anumit fel, de ce credem anumite lucruri etc.). Ba mai mult, deseori reacțiile psihice nici măcar nu sunt catalizate de conștiință, ci de inconștientul cognitiv. În teoria clasică a disonanței cognitive se presupunea că reacția este absolut conștientă.

Teoria clasică evidențiază doar un anumit mod de reacție (tipurile III și IV din schema generală de mai jos), care chiar definea „disonanța”. Considerăm că nu este științific să definim un concept psihic numai dacă apar anumite manifestări comportamentale. Starea interioară poate exista fără nici un indiciu exterior sau se poate manifesta prin diverse comportamente.

Tipul I de reacție este neapărat conștient și considerăm că poate fi, de asemenea, angrenat în cazul unei disonanțe, ca și tipul II.

De multe ori, disonanța nu este doar cognitivă, ci cognitiv-afectivă, în atitudine fiind implicat și factorul emoțional. Când cogniția exterioară este fondată pe un sentiment, afect, putem vorbi despre o disonanță afectivă.

CELE PATRU MODURI DE REDUCERE A DISONANȚEI COGNITIV-AFECTIVE

Mod de reacție	Îndreptat asupra atitudinii	Îndreptat asupra cogniției exterioare
Radical	I. ADAPTABIL 	II. CONSERVATOR 
Nuanțat	III. SPECULATIV 	IV. IMAGINATIV 

Explicații:

- I. Modificarea vechii atitudini conform noii cogniții exterioare.

- II. Respingerea (fără argumente), ignorarea sau uitarea noii cogniții exterioare.
- III. Adoptarea unei noi atitudini consonantă cu cogniția exterioară, lăsând neschimbată vechea atitudine.
- IV. Înlocuirea noii cogniții exterioare cu o alta care consonează cu vechea atitudine.

Acestea sunt moduri generale, aplicabile în orice situație, indiferent de adevărul obiectiv. Astfel:

- Modul I poate fi considerat fie REALIST, când omul își adaptează atitudinea realității obiective, fie CREDUL, când omul este manipulat să își schimbe opinia. Este modul ADAPTABIL
- Modul II poate fi al celui OBTUZ, dar și al celui care nu se lasă influențat ușor. Este modul CONSERVATOR
- Modul III poate fi găsirea „țapului ispășitor”, dar și al unei inteligențe speculative binevenită în situații critice. Este modul SPECULATIV
- Modul IV indică, de asemenea, inteligență, dar și o posibilă fugă de realitate, tendința de auto-halucinare, de înlocuire a realului cu propria fantezie. Este modul IMAGINATIV

Adoptarea modurilor I și II presupune o miză emoțională (disonanță) mai mică, dar nu este deloc o regulă.

Adoptarea modurilor II și IV presupune o miză emoțională și instabilitate (disonanță) mai mare, dar nu în orice situație.

Se poate face o corelație cu cele patru umori hipocratice, după cum urmează:

- I. ADAPTABIL – SANGVINIC
- II. CONSERVATOR – FLEGMATIC
- III. SPECULATIV – COLERIC
- IV. IMAGINATIV – MELANCOLIC

Rămâne de studiat dacă fiecare dintre cele patru tipuri umorale are vreo preferință pentru modul de reacție corespunzător analogiei de mai sus.

Mai putem face observația că din punctul de vedere al cunoașterii:

- Modul I este favorabil învățării, științei, raționamentelor.
- Modul III și IV este specific argumentației pseudo-științifice, sofismelor.

Pentru verificarea și aplicarea schemei celor patru moduri de reducere a disonanței cognitiv-afective, vom lua câteva exemple posibil reale. Evităm menționarea experimentelor psihosociologice, din cauza caracterului lor artificial. Rolul exemplelor este de ilustrare concretă a celor 4 moduri naturale și de argumentare a inexistenței vreunui al

cincilea mod de reacție psihică. Odată acceptat acest lucru, schema poate fi utilizată în scop didactic sau științific, pentru definirea mai clară a disonanței cognitiv-afective și pentru mersul înainte al cercetărilor în domeniul psihologiei sociale.

Astfel, fiind obligați într-o cercetare științifică să studiem *aprioric* reacția oamenilor la o disonanță, fie putem înșira toate variantele care ne vin în minte, fie putem proceda analitic, pe baza schemei generale - găsim în primul rând cele 4 moduri de bază, în cadrul cărora se vor exprima nenumărate variante personale.

În general, ne vom obișnui să privim orice provocare psihologică ca având patru reacții total diferite simultan posibile, nu doar cea pe care am alege-o noi, lărgindu-ne astfel capacitatea de empatie și de înțelegere a semenilor.

EXEMPLE DE APLICARE A CELOR 4 MODURI DE REACȚIE LA DISONANȚA COGNITIV- AFECTIVĂ

Subliniem de la început: nu vom evalua cele patru moduri de reacție în funcție de adevărul obiectiv, de normele morale și nici după standarde de sănătate mintală, ci doar ca mod de reacție psihică. Mecanismele de apărare ale egoului (atitudini emoționale) - care păzesc elemente ale conceptului de sine precum „Sunt o persoană bună” sau „Am luat decizia bună” - pot genera reacții neașteptate la semenii noștri. O persoană poate oscila între două sau mai multe moduri de reacție, eventual adoptându-le pe rând, în funcție de context și dispoziție.

Exemplul 1: Cognația exterioară tip IDEE cu accente emoționale FUMATUL PROVOACĂ CANCER PULMONAR

Pus în fața acestei evidențe statistice, fumătorul are cele patru căi de a reacționa.

I. Renunță la fumat, își schimbă atitudinea (intenția comportamentală)	II. „Bunicul a fumat până la 90 de ani.” „Nu cred în statistici.”
III. „Eu practic sport, ceea ce îmi menține plămânii sănătoși. Poate că voi renunța, dar mai spre bătrânețe.”	IV. „Fumatul mă ajută să mă concentrez.” „Fumatul împiedică îngrășarea.”

Exemplul 2: Cognația exterioară tip FAPT SFÂRȘITUL ANUNȚAT AL PLANETEI NU A MAI AVUT LOC

O sectă ufologică prevestea, prin vocea profetesei lider, că omenirea se va sfârși prin inundații catastrofale la o dată exactă și numai membrii sectei vor fi salvați de navele extraterestre. Ca urmare, adepții și-au vândut proprietățile și s-au retras pe un deal, rugându-se să fie salvați. A

doua zi, nepetrecându-se evenimentul anunțat, s-a constatat că doar doi dintre adepți au părăsit secta, ceilalți justificând că rugăciunile lor au schimbat destinul planetei.

Plecând de la acest fapt real, putem extrapola reacțiile posibile într-o altă situație similară.

I. Pierderea credinței în profet	II. „A fost doar un test de credință, nu neapărat o profeție.”
III. „Rugăciunile noastre au salvat planeta.”	IV. „A fost o greșeală de calcul a datei, dar pericolul rămâne.”

Exemplul 3: *Cogniția exterioară tip COMPORTAMENT*
DOUĂ MAGAZINE APROAPE IDENTICE

Să presupunem că există două magazine identice ca profil și atractivitate pentru clienți. Într-unul dintre ele ne este mai comod să intrăm, fiindcă este cu 3 metri mai aproape de drumul nostru zilnic. Disonanța poate apare în momentul când cineva ne întreabă: „De ce nu vizitezi și celălalt magazin?”

I. Conștientizez că din cauza comodității. Eventual decid să îl vizitez, măcar din curiozitate.	II. „Te-au plătit cumva patronii să le faci reclamă la celălalt magazin?”
III. „Ocolesc acel magazin pentru că are multe neajunsuri, față de primul magazin.”	IV. „Dar am impresia că am intrat și în acel magazin de câteva ori.”

Exemplul 4: *Cogniția exterioară tip IDEE fără accente emoționale*
LA POLUL NORD ESTE O GAURĂ DE ACCES SPRE INTERIORUL PĂMÂNTULUI

În mass-media se face propagandă ideii că Pământul are la Polul Nord o gaură prin care se poate intra în interiorul planetei. Ce părere ai?

I. „De ce nu? Multe adevăruri sunt ținute secrete.” „Voi explora personal Arctica, pentru a afla adevărul.”	II. „Ce, se terminaseră știrile de scandal și nu se mai vindeau ziarele?!”
III. „E problema savanților. Ei să verifice!”	IV. „Dacă era o astfel de gaură, s-ar fi aflat până acum, nu-i așa?”

Exemplul 5: *Cogniția exterioară tip FAPT*
MAGICIANUL JOHANNES

Magicianul român Johannes realizează numere spectaculoase în fața unei audiențe luate pe nepregătite (pe stradă sau în locuri de socializare). Reacția oamenilor (surprinsă de camerele video) este diferită.

I. „Asta e magie adevărată!”	II. „Ptiu, drace!” și o ia la fugă.
III. „E un truc!”	IV. „M-ai hipnotizat să văd asta!”

Exemplul 6: *Cogniția exterioară este fondată pe un AFECT*

Ai o căsnicie multumitoare. La serviciu apare un coleg nou de sex opus, față de care începi să nutrești un sentiment afectuos. Apare un conflict între morală și „inimă”. Cum reacționezi?

I. „Căsătoria e o închisoare, dar eu sunt un om liber să iubesc pe cine vreau!”	II. „Nu voi păcătui nici cu gândul.”
III. „Puțină distracție îmi va reîmprospăta relația cu soțul(ia).”	IV. „Admir o anume calitate la colegul(a), dar asta nu e iubire adevărată.”

25 mai 2009

FORUM DE PSIHOLOGIE TRANSPERSONALĂ

În perioada iunie 2005 – martie 2006 am făcut câteva schimburi de opinii pe un forum românesc de psihologie transpersonală ⁸. Iată aici câteva mai interesante, pe următoarele teme:

SECTELE ȘI PSIHOLOGIA TRANSPERSONALĂ

DIZOLVAREA EGO-ULUI

DUPĂ CE O SĂ VĂ FIE DOR CÂND O SĂ MURIȚI?

CE ESTE PSIHOLOGIA TRANSPERSONALĂ?

Este considerată cea de-a patra forță în psihologie, ca o evoluție naturală a psihologiei *umaniste*, înglobând și câteva elemente din precursorii umanismului: *psihanaliza și cognitiv-behaviorismul*. Între domeniile studiate de ea sunt: stările de conștiință modificată; practici și experiențe din religiile lumii și tradițiile esoterice; procesul de împlinire a Sinelui; transformările și evoluția conștiinței; arta transpersonală - simboluri și arhetipuri; maturizarea și optimizarea personalității; psihoterapia transpersonală și consilierea spirituală; abordări transpersonale în educație; creativitatea, empatia și intuiția spirituală; experiențele mistice și arhetipale; psihologia meditației. Modelele și teoriile psihologiei transpersonale nu rezultă din cercetarea bolilor psihice, ci pun accent pe experiențele omului sănătos, matur, care dorește să își activeze toate capacitățile latente ale ființei sale. Pentru această orientare psihologică, Eul obișnuit, format prin interacțiunea cu elementele sociale și culturale, reprezintă doar o manifestare a „ceva” mult mai larg și profund, care constituie de fapt esența ființei umane (Sine, Self, Atman, Lumina, Spirit).

SECTELE ȘI PSIHOLOGIA TRANSPERSONALĂ

RĂZVAN:

Apărută din nevoia de recunoaștere științifică a stărilor modificate de conștiință și altor fenomene conexe, psihologia transpersonală ajută la integrarea „paranormalului” în sfera „aproape normalului”. Spre deosebire de grupările religioase, ea lasă libertate totală individului, în același timp informându-l complet și obiectiv despre domeniul delicat al spiritului. Dacă psihologia transpersonală ar deține un corp inițiat, ar transforma-o în cea mai prestigioasă organizație spirituală, putând chiar deveni precursora unei religii universale. „Slăbiciunea” ei provine tocmai din faptul că nu se dorește o religie, nici măcar o sectă... Sectele

⁸ <http://groups.yahoo.com/group/transpersonalRO/>

au inițiativă și creativitate în atragerea căutătorilor spirituali. Ele continuă să fie o sursă importantă de informații primare, de trăiri mistice, paranormale, preluate ulterior de „inteligența” transpersonalistă. Psihologia transpersonală nu poate face abstracție de sectele zilei. Ele îi sufocă personalitatea, îi subminează importanța și o penetrează prin membrii lor, mulți și fanatici...

CAMELIA:

De multe ori am avut impresia că pe acest forum mai mult se susțin anumite convingeri religioase, cu îndemnuri la aderare, decât se dezbate în termeni psihologici anumite subiecte, evenimente etc. Psihologia transpersonală nu are un limbaj specific prin care toți membrii să se înțeleagă și să înțeleagă ce se comunică, indiferent din ce comunitate religioasă fac parte ? Dacă poți să mă lămurești îți sunt recunoscătoare !

RĂZVAN:

Puneți doi adepți din secte sau orientări religioase diferite să discute despre spirit și veți vedea că, deși pot fi de acord, în principiu, cu noțiuni esențiale spirituale, nu se vor înțelege unul cu altul, iar dialogul lor va deveni curând fie unul al surzilor, fie o ceartă în toată legea. Abordarea rațională, obiectivă a subiectelor spirituale este un lucru rar, iar școala de gândire transpersonalistă este un podium pe care pot urca împreună toți cei interesați, în armonie intelectuală. Dar domeniul spiritual implică, chiar în mai mare măsură, latura psiho-afectivă, subiectivă. Chiar tehnicile meditative sunt profund subiective. Oare cum ai putea contrazice pe cineva care mărturisește că a atins iluminarea, că a avut o revelație, o trăire beatifică etc.?! Ne aflăm pe un teren alunecos și plin de capcane.

Iar cea mai mare capcană sunt așa-ziii lideri spirituali, care actualmente au inundat lumea în căutare de glorie efemeră, de semeni creduli pe care să îi exploateze în interes personal (are balta pește!), și chiar de a deturna credința sinceră în divinitate către false imagini ale sfințeniei. Își răspândesc în jur otrava intențiilor maladive prin fiecare discipol, infestat la rândul sau, încât devine neclar dacă adeptul este o victimă sau un călău...

Revenind la începutul acestui mesaj... fiecare grupare spirituală își îmbracă adeptul într-un anume tip de energie psihică. Înainte de orice dialog verbal, întâi intră în contact aceste energii trans-umane, care pot fi compatibile sau nu. Nu mă refer la personalitatea sau la aura individuală, ci la „marca” energetică a grupului din care fac parte. Există procedee speciale de amprentare energetică a discipolilor unui grup esoteric, folosite intens de liderii de culte. Poate că revine ca sarcină cercetătorilor independenți de anvergură din școala transpersonalistă să demaște aceste „secrete subtile morbide” prin studiul mărturiilor actualilor și foștilor membri, sau folosind calitățile supramentale proprii. Ori, poate că nu e treaba lor?!

RĂZVAN:

Cătălin, iată traducerea materialului propus de tine, sperând că va folosi, poate, cuiva... *(vezi mai jos)*.

Cred însă că lucrurile sunt mai complicate. Cunosco un caz al unui tânăr, B., care se plânge de tulburări psihice. A mărturisit că urmează de câțiva ani niște cursuri de meditație prin internet, de care este foarte încântat. Terapeutul i-a recomandat să facă sport, plimbări prin natură, să ducă o viață normală, fără obsesia evoluției spirituale, și mai ales să renunțe la meditații, dar s-a lovit de refuzul hotărât al tânărului. E dispus să dea vina pe orice și oricine pentru tulburările sale psihologice, numai pe acele meditații, nu.

Meditația nu este un panaceu universal, ci practică îndelung poate fi o armă auto-distructivă. Sigur că uneori pot apare și beneficii, dar nu la oricine și în orice condiții, cum se face reclamă. În principiu, e nevoie de o supervizare din partea unui psiholog neutru sau a unui învățător spiritual autentic. Dar cine mai are astăzi timp de asemenea finețuri? Părerea mea este că nu există nici o condiționare reciprocă între tehnicile meditative și evoluția spirituală, din considerente medical-statistice și conceptual-teologice (în sens larg), dar asta este o altă discuție...

Analizând mai profund cazul tânărului B., terapeutul a ajuns la concluzia că acesta era agresat psihic de un grup de inițiați care îi foloseau pe naivii cooptați prin internet pentru a-și duce la îndeplinire obiective de influențare malefică a societății. Îngrijorător este că bolnavul B. nu numai că nu bănuia și nici n-a acceptat o asemenea idee, dar chiar era încântat de stările meditative „plăcute, energizante, de expansiune a conștiinței, resimțite de fiecare dată când asculta o anumită casetă, într-un ambient relaxant și eliberat de stres”... Iată deci că diavolul se pricepe foarte bine la inducerea stării de fericire iluzorie... Aș parafraza zicala „până la Dumnezeu, te mănâncă sfinții” spunând că „până sus, la Sine, te mănâncă spiritele joase”, însemnând că asupra minții, devenite mult mai sensibile și vulnerabile prin meditație, se exercită o mare presiune psihică din partea entităților inferioare, agitate și perverse. Scapă cine poate...

CUM SĂ STABILEȘTI DACĂ O SECTĂ, GRUP, CULT CONTROLEAZĂ GÂNDIREA MEMBRILOR SĂI? ⁹

«Următoarele semne de avertizare vă pot ajuta să decideți dacă o sectă, grup, cult poate fi distructiv și dacă ar trebui să vă faceți griji în privința vreunui prieten, coleg, iubit care este implicat în așa ceva. Tacticile sectare de mai jos sunt dăunătoare pentru individ și societate întrucât ele scad discernământul și empatia, care sunt indispensabile pentru a lua decizii personale și sociale corecte.

Iată atributele comune sectelor potențial periculoase:

⁹ <http://www.factnet.org>

- Liderul este suprema autoritate în toate problemele, fiind descurajată orice încercare de a apela la o altă părere din afara sistemului.
 - Chiar dacă liderul delegă unele puteri câtorva subordonați, o face pentru a le demonstra celorlalți că membrii aderă de bunăvoie la ideile și dorințele sale.
 - Liderul își atrage exclusiv asupra sa dragostea și devoțiunea adeptilor.
 - Liderul se auto-proclamă drept un Mesia, cu o misiune specială în această viață.
- N.T.- Sub pretextul venerării lui Dumnezeu sau unui set de principii morale, el se declară unica și suprema autoritate pământească aptă să-i călăuzească spre acestea.
- De obicei, liderul este carismatic, hotărât și dominator. Își convinge prozeliții să se îndepărteze de familie și prieteni, să-și abandoneze slujbele și cariera, pentru a merge pe calea lui. Ulterior, el preia nestingherit controlul posesiunilor, banilor și vieții adeptilor.
 - Secta tinde să controleze în totalitate comportamentul membrilor. Ea le va dicta ce să poarte, ce să mănânce, când și unde să muncească, să doarmă, precum și ce să creadă, să gândească, să spună, comportamentul familial, casnic și în privința relațiilor sexuale.
 - Secta impune o dublă morală. Membrii sunt îndemnați să fie deschiși și onești în cadrul grupului, obedienți la regulile sectei și să se mărturisească liderului. Pe de altă parte, sunt încurajați să nu le spună prea multe despre grup, chiar să-i mintă și să-i manipuleze pe cei din afară, pe non-membri.
 - Secta are două scopuri de bază reale: recrutarea de noi membri și strângerea de fonduri. Chiar dacă pretinde că secta are o contribuție socială, aceasta, dacă există, este numai de fațadă. Adevăratul scop este să crească prestigiul și, adeseori, averea liderului și apropiaților săi.
- N.T.- Fiecare membru este un vector de atragere a altora noi; chiar și o banală discuție este transformată într-un apropo despre "binefacerile" sectei.
- Secta se arată a fi inovatoare și exclusivă. Liderul pretinde că a rupt-o cu tradiția, oferind ceva nou și instituind UNICUL sistem valabil pentru rezolvarea problemelor personale și suferințelor lumii întregi. Acestea sunt doar fraze goale, demagogice, secta folosind de fapt metode de coerciție psihologică și control al gândirii adeptilor (așa zisa "spălare a creierului" –N.T.), care le inhibă capacitatea mentală de a valida obiectiv pretențiile liderului și ale sectei.»

DIZOLVAREA EGO-ULUI

CĂTĂLIN:

Despre meditație am o părere complexă. În general, nu e vorba numai de meditație, ci de întreg sistemul de spălare a creierului și condiționare în care intră individul. El ajunge să adere manipulat fiind la un mod de gândire ce nu îi este firesc. Este o formă de „cultură” ce intră în contradicție cu libertatea sa interioară, cu nevoile reale de progres interior, de care nu ține nimeni cont, și cu morala, cultura oficială, ce este așezată la un nivel mai profund al psihicului decât niște lucruri auzite ieri. În felul acesta avem o sursă suplimentară de conflicte interioare.

Apoi, meditația presupune punerea în paranteză a ego-ului. Pe un model de inspirație orientală, ego-ul trebuie dizolvat, ars, este "sursa

suferințelor”. Lucrul ăsta conduce la diminuarea stimei de sine a individului, depersonalizare, cu un disconfort esențial.

Apoi, tehnic vorbind, omul rămâne fără apărare în fața forțelor Inconștientului, care este un rezervor de trăiri de tot felul, unele periculoase, fascinante și acaparatoare atunci când individul nu este pregătit și nu are nici asistența pentru a le integra.

Meditația este și ea o știință și trebuie condusă cu atenție, pricepere și interes real față de cel îndrumat, feedbackul nu trebuie să lipsească și trebuie să fie în cunoștință de cauză. Iar atunci când sunt semne că nu merge, procesul trebuie oprit la timp sau acordat un respiro necesar.

Problema noastră este că ne comportăm ca și cum am ști ce există în inconștient și, de fapt, nu prea avem habar, ne folosim de niște teorii și uităm să ținem cont de diferențele interpersonale.

Nu toată lumea se țacănește obligatoriu într-o sectă, doar cei mai sensibili și mai predispuși. Ceilalți pot deveni exponenții unui mod de gândire mai bizar, împrumutat și neconform cu societatea din care fac parte. Ca în cazul oricărui sistem de credințe, o analiză a unui astfel de sistem de gândire poate identifica paralelisme inclusiv cu delirul psihotic, cu precizarea că, în cadrul religiilor, crezul respectiv beneficiază de o largă acceptare socială și, astfel, se încadrează în sfera normalității. :))

RĂZVAN:

Despre dizolvarea ego-ului, cred că e vorba despre o neînțelegere în împrumutul concepțiilor orientale. Ego-ul nu poate fi dizolvat, fiindcă el reprezintă ființa noastră umană. Ego-ul poate fi doar purificat, pentru a intra mai ușor în rezonanță cu centrul spiritual al ființei. EGO-UL NU POATE ȘI NICI NU TREBUIE SĂ FIE DISTRUS, CI DOAR PURIFICAT...! Cu alte cuvinte, este vorba de sporirea transparenței structurilor mentale, de conexiunile ultrarapide și neblockate dintre Spirit, minte astrală și minte grosieră... Iar căi pentru a reuși aceste lucru sunt nenumărate și nu neapărat ascetice.

Am toată considerația pentru exemplele luminoase ale celor care au întrezărit o frântură din măreția Spiritului. Ele sunt o oază de speranță și binecuvântare. Certitudinea paradisului interior este un cadou neprețuit pentru noi de la acei semeni care au primit grația extazului mistico-religios. Nu pot însă să nu separ experiențele sublime personale de pedagogia spirituală. Dacă e adevărat că starea de plenitudine și dizolvarea barierelor individuale descriu veridic o astfel de experiență metafizică, totuși a prescrie imperativ „distrugerea ego-ului” ca metodă mi se pare o atitudine hazardată. De ce spun asta?

Pentru că, din rigoare, nu trebuie să inversăm cauza cu efectul – cauza fiind răpirea în duh, extazul, iar efectul, non-dualismul. Gândindu-te metodic că „eu sunt celălalt”, că „eu nu exist”, că „eu sunt universul”, că „eu sunt Dumnezeu” și alte asemenea formule de autosugestie, îți produci cu certitudine un dezechilibru mental. Oare ai vreo garanție că această ieșire din normalitate te propulsează spre un nivel superior de

conștiință, supraomenesc?! Mă îndoiesc. Avem, în schimb, statisticile seci ale stabilimentelor psihiatrice, unde alunecă unii prea temerari alpiniști spirituali...

Nu este deloc clar ce este EGO-ul, iar asta lasă loc la interpretări cât se poate de diferite și fanteziste. Deseori, sub pretextul distrugerii acestuia, asistăm la mutilări psihice, îndoctrinări fanatice, fapte reprobabile, manipulări ale conștiințelor captive în unele grupusculi cu pretenții taumaturgice. Este de înțeles cineva care a avut o iluminare autentică și încearcă mereu să evoce acea stare de grație. Cu totul altceva se întâmplă cu cel care înghite pe nemestecate diverse povești spirituale, dorind să le reproducă în propria viață, cu orice risc și fără a fi pregătit...

DIN:

Mă simt obligat să clarific extrem de scurt cum e cu ego-ul și cum e cu experiența de a nu fi identificat 100% cu corpul fizic. Newberg și d'Aquilli au publicat mai multe articole pe tema aceasta și pe d'Aquilli îl puteți vedea în cel mai bun DVD despre cum este viața organizată etc., cu titlul „What the Bleep do we know?”

Ce este ego-ul? Este reprezentarea mentală a corpului fizic, care este construită din impulsurile aferente ale informației celor 5 simțuri, care sînt unite în structura neurală parietală stînga, care se consideră că ar fi responsabilă pentru percepția de a fi ceva solid, material, adică o persoană... Cei doi cercetători au dovedit, prin poze luate cu Pet Scan în creierele care meditau, că meditația dezactivează această zonă, aceasta ducând la diminuarea percepției „fizice” materiale a corpului fizic, și de aici că trăirile mistice de Uniune cu Universul nu sînt aberații și halucinații mentale, ci sunt pur și simplu trăiri subiective!

Psihiatria a patologizat această experiență și a încercat să o explice prin „gânduri distorsionate”, dar aceasta nu este adevărat din punctul de vedere al neurologiei, care a dovedit că senzația de ego, de corp fizic se assemblează în creier în această zonă parietală inferioară stîngă, și de aici concluzia că Creierul uman este construit „din fabrică” pentru a avea această trăire, experiență, care NU este halucinație ori gând distorsionat, ci pur și simplu o realitate subiectivă! Și din această perspectivă ar însemna că misticii, adică cei care și-au însușit arta meditației, ar avea o dezactivare a acestei zone, zona ego-ului!

Mult timp s-au stigmatizat misticii ca fiind bolnavi de epilepsie, deoarece transele mistice semănau cu atacurile epileptice, dar să sperăm că avansarea neurologiei și neuropsihologiei va face lumină în aceste lucruri.

DUPĂ CE O SĂ VĂ FIE DOR CÂND O SĂ MURIȚI?

RĂZVAN:

În legătură cu chestiunea pusă în discuție de Ștefan, și anume care este răspunsul nostru la întrebarea: „*După ce o să vă fie dor când o să muriți?*”, vă propun spre lectură și opinia mea.

Ținând cont de mărturia unor spirite dezîncarnate, foarte fericite că au scăpat de sub carapacea materiei, putem spune că toate spiritele au o anumită nostalgie după PUTEREA DE ACȚIUNE ÎN PLAN FIZIC, pe care o aveau când erau încarnate în ființe umane. Un spirit dezîncarnat înalt cunoaște, într-adevăr, starea de libertate absolută, dar constată că nu mai are aproape nici o influență decisivă asupra mersului vieții pe Pământ. Singurul ajutor pe care îl poate da oamenilor este unul indirect, prin sfaturi sau influențe mentale benefice – din păcate, de prea multe ori ignorate de omul care le primește.

Prin urmare, după ce voi muri, cred că voi regreta faptul că nu am acționat suficient de puternic și benefic în slujba semenilor mei. Și îmi va fi un dor etern de forța de impact direct și imediat în viața oamenilor, spre binele, spre luminarea, spre ajutorarea lor. Ca spirit liber, voi avea limite clare în acest sens.

De aceea geniile, persoanele cu mare importanță socială benefică sunt primite după moarte cu toate onorurile în lumea spiritelor, unde capătă un rang foarte înalt – pe măsura faptelor lor pozitive în slujba semenilor. Dacă cineva vrea să se mântuiască în Viața de Apoi, să scape de chinurile reîncarnărilor succesive, să se apropie de Dumnezeu... calea este să se pună în slujba oamenilor și a lui Dumnezeu, oricât de modestă ar fi această servire. Din acest punct de vedere, cei mai norocoși sunt medicii adevărați, preoții adevărați, cei cu funcții de răspundere pentru destinele oamenilor, căci au șansa să-și dovedească marea utilitate pe Pământ.

Experiențele transcendente, paranormale, pe care eventual le-am trăit, vor fi fără folos spiritual dacă nu vor avea această urmare practică. Din contră, cine a primit o asemenea iluminare capătă o responsabilitate mult mai mare față de semenii săi, pentru că el ar trebui să fie o unealtă divină eficientă, și va fi judecat mult mai aspru de propria conștiință dacă n-a pus în aplicare directivele spirituale când a trăit ca om pe această planetă.

RĂSPUNSURI ACORDATE CITITORILOR

- extrase din corespondența autorului Răzvan Petre -

NU CITEȘTI POEZIE PRIVIND LA ȘTIRI

LIDIA:

Vă trimit un text care mie îmi este foarte drag, a lui Sri Chimoy. Textul face parte dintr-un volum de conferințe ale acestui Maestru al Păcii Interioare, nepublicate încă la noi în țară. Mă gândesc că poate vă ajută în propria voastră căutare de Sine, așa cum m-a ajutat și pe mine, în momentele importante ale vieții!

Dacă vrei să te eliberezi
De obstacolele ignoranței,
atunci iubește neobosit inocența și
puritatea Inimii tale!...

Când te rogi,
gândește-te la un Copil
care s-a pierdut și cere ajutor...
Când meditezi,
gândește-te la o floare a dimineții
care zâmbește,
iradiindu-și frumusețea și
oferindu-și, necondiționat, parfumul!...

În acest fel poți să te împrietenești
cu Sufletul tău și
să zbori infinit de mult mai sus
decât limitele gândirii...

Sufletul Omului este mai mare
decât Soarta lui...
Nimeni nu poate atinge Raiul
dacă nu trece prin iad...

Totul poate fi făcut dacă
Atingerea lui Dumnezeu
este acolo...

Oh, desigur, într-o zi va veni la plânsul nostru,
El, Acela, care este iubirea fără de sfârșit!
El, Acela care ni s-a dăruit pe Sine!
El , Acela care este tot ce există!

Sri Chinmoy

RĂZVAN:

Da, iată un text extraordinar de plin cu căldură divină. Frumos ca exprimare, puternic încărcat emoțional, modelator spiritual... Un exemplu de modul cum se poate trimite o binecuvântare prin cuvântul scris. Fie să avem parte doar de astfel de lecturi elevate!

DELPHINMAN:

Foarte frumoase rânduri, într-adevăr, cu multă încărcătură poetică. Însă, ca un simplu diletant ce sunt în domeniul spiritual, recunosc, nu pot diferenția între realitate și autoiluzionare, între lucruri așa cum sunt și așa cum aş/am vrea să fie. Simpla folosire a unor cuvinte ca: inocență, evitarea ignoranței, puritatea inimii, zbor mai sus ca gândirea, zâmbetul unei flori.. etc. pot constitui capcane ale unei interpretări iluzorii a ceea ce se întâmplă în jurul nostru. Părerea mea!

Sigur că trebuie să țintim spre valori pozitive și general valabile, dar autoimpunerea unei trăiri onirice, cosmetizate și transfigurate a realității, nu ne este de nici un folos.

Foarte probabil că natura umană este una de la sine bună, dar călugării buddhiști din Burma sunt bătuți și omorâți în aceste zile, iar mass-media de la noi, după ce a exploatat ineditul momentului, a abandonat știrea. Iată o contradicție!

E foarte ușor să ne imaginăm credincioși, buni la suflet, darnici, iubitori de semeni. Cum se spunea mai demult, practica ne omoară! La propriu! :)

RĂZVAN:

Nu poți citi o poezie privind la Știri. Nu trebuie să pierdem din vedere dimensiunea sacră, mistică, din teama de realitatea imediată. O poezie se citește în altă stare de spirit decât atunci când privești dramele și tragediile umane.

Poezia este transfigurare, altfel ea ar fi doar o descriere. Pe de altă parte, realitatea nu este doar cea materială, vizibilă. Deci, poate că și transfigurarea ne ajută să intuim o altă realitate ascunsă, mai diafană.

Viața concretă este dură, și de aceea partea rațională a minții este agresivă. Dar frumusețea nu se poate măsura, ci se simte, se trăiește cu partea intuitivă a minții. Când vrei să delimitezi clipa de fericire, ai făcut-o să dispară din viața ta. Precum un vis pe care, cu cât încerci mai tare să ți-l amintești, cu atât îl pierzi, definitiv.

Sunt mulți maeștri ai metaforei care doar învârt cuvinte, dar cel care a scris această poezie vrea să ne transmită o stare specială pe care el a trăit-o, și maeștrii lui au trăit-o, deci este o realitate, nu imaginație. Din păcate, prea puțini dintre noi o simțim în mod obișnuit, dar asta nu-i diminuează obiectivitatea. Termenii poetici precum „puritatea inimii”, „zbor mai sus decât gândirea”, „atingerea lui Dumnezeu”, ca să nu menționez decât cele scrise de autor, sunt cât se poate de adevărate și concrete, nu autosugestii. O spun toate tradițiile spirituale ale lumii...

Dar acest tărâm trebuie abordat cu sensibilitate, cu finețe, cu sfințenie chiar. Altfel, dispare ca un abur.

Sunt de acord că transfigurarea realității imediate – ca „tehnică” de evoluție spirituală - este o autohalucinare, contraproductivă în privința integrării în mediu. Ca dovadă, cei care o practică fără discernământ (fiindcă așa sunt învățați de „guru”), ca mersul pe bicicletă, ajung să confunde realitatea cu proiecțiile lor mentale. Nu dăm nume..., dar sunt printre noi.

Nu sunt sigur că natura umană este bună de la sine. Ea este inconștientă moral și manipulabilă. Cred mai degrabă că ea este modelată, printre altele și în primul rând, de Spiritul-Sine transcendent care o animă.

Putem fi buni și corecți în conduita aparentă, dar în interior să fim un vulcan de tendințe contradictorii. Sau ne putem închipui că suntem buni, dar să nu fim și nici măcar să părem așa. Trebuie să lucrăm mult cu noi înșine, până la eliminarea completă a răului lăuntric, și atunci Poezia Lumii ni se va revela de la sine, fără eforturi intelectuale. Așa cum i se arată lui Sri Chinmoy...

Octombrie 2007

GÂNDURI DE SINUCIDERE

ANAMARIA:

Sunt din București, căsătorită, am 2 fete. Simt că nu-mi mai pot gestiona viața. Greșelile, poate chiar păcatele trecutului își cer tributul. Nu știu dacă aș fi fost bună la acrobație, dar în viața de zi cu zi m-am comportat ca și cum aș fi fost pe o frânghie subțire, aplicând doar metode superficiale pentru rezolvarea problemelor cu care mă confruntam, cu grijă de a nu cădea de pe frânghie sau nu cumva aceasta să se rupă sub mine. Sunt obosită și epuizată; mă bântuie gânduri de sinucidere, dar mă opresc, gândindu-mă că ar fi o dovadă de lașitate: cum să las pe umerii fetelor mele problemele mele personale și nemulțumirile care mi-au bântuit sufletul atâția ani?

Am nevoie să vorbesc cu cineva. Cred în Dumnezeu cu toată ființa mea. Dar parcă și EL și-a închis ușa în fața mea. Îmi este rușine că, la vârsta mea, scriu asemenea rânduri, dar am nevoie de ajutor.

RĂZVAN:

Dumnezeu nu-și închide ușa în fața nimănui, niciodată. Însă uneori trecem prin momente în care ne înconjoară întunericul și nu mai vedem Lumina LUI. Sunteți într-un nor care va întuneca gândurile. Nu acceptați gândurile de sinucidere, fiindcă nu vă aparțin, ci vin de la spiritele întunericului, care vă dau târcoale. Vă cred că vă este greu, dar vreau să vă spun ceva. Omul resimte acest „greu” într-un mod personal. Nu atât dificultățile vieții vă apasă, cât modul în care reacționați dv. la ele. Poate

că alți oameni o duc mult mai greu, și nu se plâng, așa s-au obișnuit. Uitați-vă cum trăiesc oamenii în Africa sau Asia și o să mă înțelegeți ce vreau să spun. Totuși, acolo oamenii sărmani nu se sinucid niciodată.

Aveți un suflet sensibil, fiind născută în zodia Peștilor. De aceea, greutățile vieții se amplifică în mintea și sufletul dv. **ALUNGAȚI GÂNDURILE DE SINUCIDERE, IMEDIAT CE APAR!** Nu le lăsați să facă pui în mintea dv.! **NU AVEȚI VOIE SĂ VĂ SINUCIDEȚI**, trebuie să răbdați viața, cu tot greul său. Veți înțelege de ce când Dumnezeu vă va chema la EL, atunci când vă va veni sorocul. Cei care se sinucid nu știu ce îi așteaptă dincolo. O viață infinită de chin sufletesc... Sufletul nu moare niciodată, iar durerile emoționale, nici ele. Ca să scăpați de durerile sufletești, singura cale este de a le răbda cu smerenie. Luându-vă viața, poate că nici Dumnezeu nu vă va mai ajuta pe lumea cealaltă, fiindcă ați ales singură să refuzați darul Său cel mai de preț: viața. Prin viața omenească ne spălăm de păcate. Este valabil pentru toți oamenii!

Căutați căi și metode de a vă lumina viața, să o faceți mai suportabilă, căutați momente scurte de fericire: ascultând o melodie, privind un apus de soare, mângâindu-i pe cei dragi... Iar în rest, răbdare. Dumnezeu să vă ajute!

18 decembrie 2006

IUBIREA (?) PE INTERNET

MIHAELA:

Vă dau câteva date din viața mea, în speranța că-mi veți putea spune despre misiunea mea din această viață. Sunt o femeie foarte activă: mă ocup și de copii, am și un serviciu în domeniul bancar, fac și a 2-a facultate, îmi ajut și soțul la firmă, asta pe lângă piață, mâncare, menaj și tot ce implică responsabilități de familie. Și totuși... ceva lipsește, nu știu de ce, dar sunt mereu în căutare.

Stau mult la calculator, am foarte mulți prieteni virtuali, îmi place mult să împărtășesc din experiența de viață, bineînțeles, dacă am cu cine. Sunt o împătimită a jocului... pe net, aici am cunoscut de vreo 2 luni un tip căsătorit și care ocupă o funcție înaltă, care mă atrage destul de tare și pe care mi-aș fi dorit la un moment dat să-l cunosc, genul de bărbat cu șarm. Însă ceva mă face să fiu suspicioasă, de la un timp, în privința metodelor lui în încercarea de a mă seduce. Într-o seară, fiind un pic mai nervos pt. că eu nu-i acordam atâta importanță ca de obicei (asta se întâmpla tot pe net, nu ne-am întâlnit niciodată), ar fi spus că: simte că mă pierde, lucru pe care nu și l-ar dori, apoi a zis „să mi te descântec și o să fii tare... tare... încurcată, eu te anunț - puteri... para”. La câteva zile, o mașină l-a urmărit pe soțul meu toată ziua, nu știu dacă a fost pusă de el sau nu, aș vrea să știu, cert e ca, în urma acestor vorbe, mă simt derutată complet, am încercat să-l evit, dar mi-a tot lăsat mesaje câteva zile pe net,

iar acum foarte ciudat mi se pare faptul că nu mai apare deloc, în condițiile în care juca în fiecare seară pe acest site unde ne întâlnim.

Nu-mi place constrângerea, însă cu toate astea, chiar dacă am tremurat vreo 3 zile - gândindu-mă că, dacă vrea, chiar îmi poate face rău (datorită funcției pe care o deține, dispune de bani, relații și alte alea) - tot mă simt atrasă de el. Care ar fi explicația? Este într-adevăr un om cinstit și care folosește mijloace corecte de a obține ceea ce-și dorește? (Mă refer aici la modul general.) Iar altă întrebare este: de ce caut eu această afecțiune, dragoste, să fiu iubită, dorită... etc., când am foarte multe lucruri frumoase în jurul meu: copii, servicii bune, soț bun?

RĂZVAN:

Din experiența multor cazuri pe care le cunosc, circa 99,9% din relațiile încropite pe internet sunt sortite eșecului. Toate încep romantic, dar ar fi bine să vă limitați doar la a visa. Nu treceți la acțiune în planul fizic, fiindcă veți fi surprinsă negativ. Pe net se vehiculează enorm de multe minciuni, minciuni, minciuni, fără asumarea responsabilității...

Mă întrebați „Este un om cinstit, folosește mijloace corecte?”. Răspunsul l-ați dat chiar dv. „Am tremurat vreo 3 zile gândindu-mă că îmi poate face rău”. Nici nu vă cunoașteți bine și vă simțiți amenințată? Acceptați așa ceva într-o relație, fie ea fictivă? Dacă vreți, păstrați relația aceasta așa cum este, dar fără fițe, scene de gelozie, constrângeri ș.a.m.d. Să nu o considerați a fi o relație adevărată!!! Este doar un vis, o fantasmă, și așa trebuie să rămână! Pe deasupra, mai este și căsătorit. Vă sfătuiesc să fugiți de bărbații căsătoriți, nu vă lăsați nici gândul să zboare la relații cu bărbați căsătoriți, ca să nu aveți mari neazuri! Chiar și aventurile ocazionale pot să lase răni adânci, nebanuite, nu doar sentimentale, ci chiar fizice. Dacă vreți o părere de la distanță, eu nu aș crede nici că are o funcție înaltă, nici că v-a urmărit și nici că ar putea să vă facă vreun rău. Totul este în imaginația dv. De altfel, zodia Peștilor este vulnerabilă în privința diverselor iluzii pe care nativii și le fac și pe care nu reușește nimeni să li le scoată din minte...

Deseori, misiunea spirituală a multor oameni se reduce la a fi niște ființe model între semenii lor. Dumnezeu nu cere mai mult de la ei. Fiți perfectă în rolurile pe care le aveți deja în societate! Nu e ușor, dar nici imposibil. Dacă pe dv. vă interesează și alte aspecte mai deosebite, ținând cont că sunteți născută în Pești (care au capacități mediumnice înnăscute și dorința de a-i ajuta pe alții), ar trebui să fi observat deja. De exemplu, vă interesează subiectele deosebite prezentate în site-ul nostru, www.spiritus.ro?

Mă întrebați „de ce oare caut eu această dragoste, când am foarte multe lucruri frumoase în jurul meu?”. Din punctul de vedere al vieții spirituale, acum aveți toate condițiile nu să așteptați să primiți iubire, ci să căutați să o dăruiti chiar dv. Totuși, iubirea poate însemna și altceva decât eros, mai ales cu cine nu trebuie... Iubirea înseamnă devotament, compasiune, sacrificiu. Nu cumva v-ați dorit în tinerețe să fiți doctoriță?

Vă atrag terapiile alternative, să luați durerea oamenilor? Nu cumva aceasta ar fi fost misiunea spirituală a vieții dumneavoastră?

MIHAELA:

H u u u!... Mesajul dvs. a fost ca un duș...rece, foarte bun, într-adevăr. Mulțumesc.

Referitor la site, vreau să vă spun că sunt foarte interesată și, înainte de a vă scrie acest mesaj, l-am citit din scoarță în scoarță, așa de captivată m-am simțit, că și uitasem de problema mea.

Despre mine vă pot spune că cred enorm de mult în destin și în aceste forțe care ne călăuzesc în viață, încerc să fac cât mai mult bine, pt. că sunt conștientă că ți se întoarce înzecit. În momentul în care AM ȘTIUT CE VREAU, din momentul acela am început să și obțin, știu că dacă ceri și crezi cu consecvență, ți se va da. Câteva ex.: am dorit o fetiță - o am, chiar dacă a venit mai târziu; am dorit 2 copii - îi am; liniște în familie, un servici bun, cam toate astea le am, însă mai am de dăruit - cum spuneți dvs. - și trebuie doar să găsesc calea, poate am și eu niște capacități și poate o să mi le descopăr; de aceea, cred, mai cad în câte o capcană.

RĂZVAN:

În privința capacităților paranormale ar trebui să aveți anumite semne. Aveți premoniții, deja-vu, simțiți entități invizibile, ați trăit evenimente stranii, ați citit multe în acest domeniu? Vă interesează fenomenele conexe morții (moartea clinică, dedublarea, comunicări spiritiste, filosofie spiritualistă etc.)? Dacă puteți răspunde cu „Da” la cel puțin una dintre întrebările de mai sus, vă calificați să activați fie ca un clarvăzător dispus să ajute oamenii cu capacitățile sale (sau terapeut naturist), fie ca simplu om pasionat, dispus mai mult să învețe și să-și împărtășească experiențele și opiniile cu alți amatori de paranormal.

18 decembrie 2006

COPIL SOMNAMBUL

ADA:

Cum se poate ajuta un copil de 10 ani care se pare că este somnambul? Bunica lui i-a povestit mamei mele disperată că nu mai știe ce să facă cu băiatul care o sperie în fiecare noapte, deoarece îl găsește ba sub pat bolborosind, ba iese din casă în toiul nopții și așa mai departe.

Puteți să-mi spuneți din punctul dvs. de vedere ce înseamnă a fi somnambul? Mama mi-a povestit că și ea, când era mică (până la 8 ani) avea această problemă. Umbla prin casă, ieșea afară din casă și o aduceau vecinii înapoi în toiul nopții, speriați că le umbla prin curți etc. Nu făcea probleme, doar se juca. Dar i-a trecut după vârsta de 8 ani.

RĂZVAN:

Somnambulismul este o stare specială a psihicului uman, nu neapărat o boală, în care este suspendată conștiința de veghe, dar mintea subconștientă își continuă activitatea de rutină. Poate că dacă, în timpul visului nostru obișnuit (faza de somn REM), nervii motori nu ar fi ca și paralizați, cu toții am fi niște somnambuli! Cred că în timpul „ședinței” de somnambulism, spiritul este ieșit din corp, dar stă aproape de el, comandându-l de la distanță. Este o stare asemănătoare hipnozei ușoare, în care omul dezinhibat spune lucruri pe care nu le-ar spune altfel. Poate chiar somnambulismul este o stare hipnotică spontană, în care lipsește un hipnotizator exterior. Am putea afla multe lucruri uimitoare din întrebările inteligente adresate unui somnambul sau cuiva care vorbește în somn... (Am explicat mai multe astfel de stări modificate de conștiință în cartea mea „Conștiința umană, între Minte și Spirit”).

Pentru rezolvarea cazului înfățișat, apelul la un psiholog este desigur cel mai adecvat.

9 noiembrie 2009

UMILIRE ȘI NAIVITATE

ALEXANDRA:

Am citit articolul „despre ego-ul uman” și vreau să te întreb ceva. Am avut un prieten care și-a adus amanta acasă fără să îmi spună și, când am aflat, am vrut să merg la ei să port o discuție cu amândoi. Când ea a aflat că vin, a plecat, iar când am ajuns, el nu m-a mai primit în casă. Relația noastră a luat sfârșit 2 zile mai târziu, pentru că nu l-am putut ierta.

Întrebarea mea este: de ce nu l-am putut ierta? Era egoul? Vreau să îl iert și nu pot, încă sunt rănită. Vreau să merg mai departe și chestia asta mă ține pe loc. Aș vrea să știu dacă e ego-ul cel din cauza căruia mă simt rănită.

RĂZVAN:

Alexandra, problema se pune exact invers decât o vezi tu.

Ca să detașezi de ego, trebuie să te poziționezi în mod obiectiv, privind situația la rece, ca un străin. Astfel, lucrurile sunt cât se poate de clare. Bărbatul ți-a înșelat încrederea, prin urmare nu merită să îi mai dai atenție. Ce voiai să mai discuți cu ei?! Oricine din exterior poate vedea lucrurile în acest fel. Dar ego-ul tău te îndeamnă să îl ierți, fiindcă nu vrei să rămâi fără un „iubit”. Ego-ului tău îi este teamă de singurătate. De fapt, în mod obiectiv, nu trebuie să îl ierți și nici măcar el nu are nevoie cu adevărat de reluarea unei relații în care tu chiar vei merita să fii tratată cu dispreț, fiindcă te-ai înjosit să îl ierți pe nemernic. Dacă te umilești o dată, te poți aștepta și la alte umiliri pe viitor, urmate eventual de alte scuze nesfârșite și promisiuni neonorate din partea lui. Detașează-te de

lamentările micului ego și nu-ți mai fie teamă de viitor! Poți trăi și fără acest individ, nu crezi?

Ar trebui să dai trecutului relația voastră, păstrând din ea lucrurile frumoase, dar neuitându-le pe cele rele, ca o experiență dureroasă, dar necesară pentru viitor. Deci, mergi mai departe! Dar data viitoare fii mai precaută și nu accepta o relație doar ca „să fii în rândul lumii” sau că așa îți cer hormonii. Dacă vrei iubire adevărată, roagă-L pe Dumnezeu să îți trimită în cale un om bun și devotat, și mai roagă-te să îl și recunoști, să nu treci nepăsătoare pe lângă el dacă ți s-ar părea nepotrivit după standardele ego-ului tău!

ALEXANDRA:

Îți mulțumesc pentru răspuns. Dacă ar fi așa simplu...

Cum spuneam, deși am fost rănită când nu m-a primit în casă, am trecut cu vederea, însă peste 2 zile am găsit o declarație pe telefon către fosta lui iubită, adică altă femeie, și atunci ne-am despărțit. M-am gândit că nu pot trăi cu cineva în care nu mai am încredere, iar el s-a combinat aproape instantaneu cu altă fată. Deși o parte din mine se simțea rănită și dorea să se îndepărteze de această situație, o altă parte din mine dorea să fie cu el. Poate că n-aș fi trăit confuzia asta dacă ar fi fost sincer cu mine să îmi spună adevărul, însă el spunea ce doream să aud și făcea ce nu-mi doream să facă.

Așa că el a rămas combinat cu fata respectivă, pe care a umilit-o, aducându-și iar fosta amantă la el acasă, care i-a spus fetei să plece din casa lui. Bineînțeles că fata nu a vrut să plece, așa că amanta s-a întors la soțul ei, fără succes, după ce a petrecut o noapte împreună cu el într-o garsonieră închiriată. El o întreabă mereu pe prietena lui actuală când pleacă și ea nu pleacă, pentru că simte că l-ar pierde definitiv. Nici el nu vrea ca ea să plece, dar îi place să o chinuie.

Eu am rămas într-o relație de amicitie cu el, inițial pentru a mă răzbuna, apoi pentru a îl înțelege mai bine (căci am înțeles că nu s-a purtat așa doar cu mine, ci cu toată lumea și m-am gândit că poate e bolnav cu capul) și apoi pentru a mă înțelege pe mine, pentru că uneori mi se făcea foarte dor de el și, decît să stau cu dorul, îl căutam, el spunea ceva care mă făcea să îmi treacă dorul pentru vreo 2 săptămîni și apoi iar așa. Chiar i-am zis: „te mai sun cînd mi se face iar dor de tine, pentru că știi exact ce să spui ca să îmi treacă”. Dacă am atras așa ceva în viața mea, e clar că nu a fost întîmplător. Lucrurile se întîmplă în interiorul nostru, nu în exterior. Deci era o situație excepțională de a vedea de ce simt ceea ce simt. Am avut de lucrat la mine cu atașamentul, cu iertarea, cu iubirea. După cum probabil știi, ceilalți suntem tot noi și dacă un tip, eventual cu probleme, apare în calea mea și mie îmi place de el, este clar că o parte din mine vrea să fie vindecată.

Revenind, zilele trecute am zis să fac o trecere în revistă a persoanelor pe care le cunosc și să le cer iertare pentru ce le-am făcut sau mi-au făcut, să le mulțumesc și să le trimit iubire. Mă simțeam detașată

și aveam o stare de bine, însă a doua zi m-a sunat el, fostul prieten de care vorbeam mai sus. Vorbind cu el, mi-am dat seama că, deși fusesem convinsă că îl iertasem și mă detașasem, episodul cu amanta (pe care l-am povestit în prima scrisoare) era viu, ca și cum s-ar fi întâmplat ieri. Faptul că nu m-a primit în casă m-a durut și n-am putut să trec peste așa ceva. Apoi am aflat că amanta luase busuiocul de pe pervaz, pe care îl adusesem de la țară, și a „descîntat” prin casă, cu siguranță că și-a lăsat energiile p-acolo și asta cred că a contribuit, printre altele, la faptul de a nu mă primi el în casă.

Revenind la întrebarea mea. Știu că, odată înțeleasă lecția și iertînd, omul nu mai are treabă cu mine, își vede de alte părți cu care are treabă, iar eu mă detașez de el. Dacă el s-a întors, înseamnă că a rămas ceva ce n-am înțeles. Și știu că are legătura cu reacția mea faptul că nu m-a primit în casă, pentru că am simțit emoția acolo. După ce ți-am citit articolul, mă gîndeam că poate e vorba de ego... ego-ul s-a simțit rănit. Însă tu spui că ego-ul vrea să posede și aici nu era vorba de a poseda ceva, ține probabil de demnitate... are vreo legătură demnitatea cu ego-ul? Mă poate jigni cineva fără ca eu să vreau să mă simt jignită? Și dacă nu, atunci ce parte din mine se simte jignită? D-asta îți scrisesem... aveai acea temă legată de ego și mă gîndeam că poate mă poți ajuta... Înainte de a merge mai departe e bine să îmi învăț lecțiile, pentru a nu le repeta...

RĂZVAN:

După despărțire, ai încercat să te joci de-a șoarecele și pisica cu individul acela. Dar uite că șoricelul erai chiar tu. Tu ești cea vulnerabilă, fiindcă ai pus suflet și el te-a rănit. În schimb, individul este un șarpe fără sentimente, care acționează cu sânge rece, batjocorindu-vă pe toate cele care i-ați trecut prin pat. Este necesar să îl eviți pe viitor, lasă timpul să treacă și rana să se închidă de la sine.

Poți să îl ierți, dar el nu trebuie să știe acest lucru. Dimpotrivă, lui trebuie să îi arăți doar dispreț. Cel mai usturător este pentru el să nu îl mai recunoști, pur și simplu. El e convins de farmecul lui masculin și de faptul că va duce cu vorba pe voi, „puicuțele”. Pedeapsa cea mai potrivită este să i se arate că este un „nimeni”. Pe tine nu te costă nimic, decât să rupi orice contact cu el. El nu are nevoie de iertare, ci de pedeapsă. Dacă nu va fi pedepsit, va considera că este bine ceea ce face. Deci poți să îl ierți, în sinea ta, dar manifestă-te cu demnitate, ca să nu devii complice cu apucăturile lui. Rămânînd prietenă cu el, tu i-ai încurajat greșeala, nu l-ai ajutat să conștientizeze faptul că rănește niște suflete de femei. Acum, e adevărat, după cum mi-ai relatat faptele, aceste femei își cam merită soarta... Dar de ce te-ai amestecat tu cu un tip care preferă astfel de femei fără demnitate? Naivitatea și lipsa ta de experiență i-au permis să își bată joc de tine.

Și acum, câteva afirmații ciudate ale tale.

1. *«Poate că n-aș fi trăit confuzia asta dacă ar fi fost sincer cu mine să îmi spună adevărul.»*

Să nu te aștepți ca oameni de teapa acestui individ să te ajute în vreun fel! El e programat să chinuie, nu să ajute. Adică, tu vrei ca escrocul să îți spună, „știi, vreau să te păcălesc”?!?

2. *«uneori mi se făcea foarte dor de el și, decît să stau cu dorul, îl căutam, el spunea ceva care mă făcea să îmi treacă dorul pentru vreo 2 săptămîni și apoi iar așa.»*

O larvă mentală te îndemna să faci asta, iar tu răspundeai instantaneu. Așa se întâmplă și cu cei care nu reușesc să se lase de fumat. Mereu apare ispita de a relua viciul. Uneori „iubirea” este de fapt un viciu, nu un sentiment divin. Ar trebui să rupi complet relațiile cu acel individ atît de dubios. Nu ți se pare că destul l-ai hrănit psihic pe profitor?

3. *«ceilalți suntem tot noi și dacă un tip, eventual cu probleme, apare în calea mea și mie îmi place de el, este clar că o parte din mine vrea să fie vindecată.»*

Un tip îți poate plăcea dintr-o mulțime de motive. De exemplu, biologice. Sau ca să suferi o decepție, prin care să încasezi o pedeapsă karmică din bagajul spiritului. Așa se arde karma. Fără prea multe explicații. Suferi și rabzi. Nu întotdeauna poți să înțelegi ce anume s-a „vindecat”, pentru asta ți-ar trebui o înțelepciune și clarviziune remarcabile.

4. *«Știu că, odată înțeleasă lecția și iertînd, omul nu mai are treabă cu mine, își vede de alte părți cu care are treabă, iar eu mă detașez de el.»*

Este fals. Indivizii ca el se agață de om ca vampirii, să-l sugă de vlagă. Trebuie să fii fermă și să îl îndepărtezi din viața ta. Schimbă-ți numărul de telefon sau respinge-i apelurile. Chestia asta, că „vrei să te autocunoști aducându-l mereu în minte”, este o înșelătorie a minții sau a vreunui demon. Rupe orice contact cu golanul, ce te costă? Nu ar fi lașitate din partea ta, ci instinct de conservare.

5. *«Mă poate jigni cineva fără ca eu să vreau să mă simt jignită? Și dacă nu, atunci ce parte din mine se simte jignită?»*

Bineînțeles că poți fi jignită! Nu e suficient să-ți propui, doar așa, să fii indiferentă. Trebuie să deții o reală detașare spirituală, pe care tu nu o ai. Mintea nu e spiritul. Interacțiunea cu golanul acela, prin telefon sau direct, produce un schimb de energie între voi doi. Te îmbăiezi în energia lui mizerabilă și începe să te doară sufletul pe ici, pe colo.

6. *«aveai acea temă legată de ego și mă gîndeam că poate mă poți ajuta...»*

Este lăudabilă dorința ta de autocunoaștere, dar tema ta prezentă nu este ego-ul, ci lipsa de experiență de viață. Pur și simplu, ai fost batjocorită. Data viitoare vei constata că această lecție ți-a prins bine.

22 mai 2011

PANSEURI ȘI AFORISME

Culegere de reflecții publicate de autor în rubrica „Esoterika” (2008-2014) din website-ul www.spiritus.ro

2008

PSIHOLOGIA ARE NEVOIE DE SUPRACONȘTIINȚĂ

Psihologia are nevoie de Supraconștiință, precum religia de Dumnezeu. Relația inconștient-conștient este dezechilibrată. Inconștientul este imens, puternic, iar conștiința este parțială și supusă capriciilor inconștientului. Ca o ghiulea prinsă de picior este inconștientul, iar libertatea conștiinței este dată de lungimea lanțului.

Pentru echilibrul psihologic, trebuie introdus al treilea termen: Supraconștientul, la fel de vast și puternic ca inconștientul. Ultimul este abisal, primul este ceresc. Conștientul este un „cursor” care baleiază pe scala de la minus infinit la plus infinit. Orice metodă care abordează inconștientul trebuie sprijinită pe o poziție supraconștientă. Altfel, conștientul în sine este manipulabil, impresionabil, voința ocazională a unui individ nu are succes contra tendințelor acumulate în milioanele de ani. Dacă însă își trage forța de sus, din etajele supraconștiente, având resurse psihice nelimitate, atunci instinctele anarhice pot fi domesticite, tendințele negative anihilate și noi scheme pozitive inoculate, după modelul supraconștiinței. Poți coborî în abis numai pe cât te ridici în slăvi...

Freud a asemănat conștiința cu vârful aisbergului inconștientului. Mai degrabă, conștiința este vârful aisbergului supraconștiinței. Polul determinismului, fatalismului și depozitarul karmei personale este inconștientul. Polul libertății este supraconștiința, din care o mică parte este conștiința.

MILĂ ȘI COMPASIUNE

Dacă vrem cu tot dinadinsul să facem o diferență între milă și compasiune, atunci putem spune așa:

MILA este o relație de la suflet la suflet. Când ești milos, rezonezi empatic cu suferința și slăbiciunea celuilalt, simțindu-te mai norocos decât el.

COMPASIUNEA este o relație de la spirit la suflet. Când simți compasiune, rezonzi cu fericirea și puterea de Sus, simțindu-te mai treaz decât celălalt. Compasiunea presupune și o mare puritate lăuntrică, pentru a nu rezona cu energiile inferioare care provoacă suferințele.

* * *

Ne credem nemuritori fiindcă de mii și zeci de mii de zile ne-am obișnuit să ne trezim dimineța vii. Dar credința asta iluzorie ni se schimbă radical în ziua fatidică în care pierdem o ființă dragă, apropiată sau suferim un accident. Și se mai spune că cel mai greu se schimbă concepțiile!... Mentalitatea nu e solidă, ea se reconstruiește permanent. E de-ajuns o zi tragică ca să-ți schimbi mentalitatea complet.

* * *

Mintea este asemănătoare unui balon cu aer cald. Gândurile banale, lumești sunt ca balastul atârnat de nacela balonului. Ideile spirituale, aspirația spre înalt umflă balonul, precum aerul cald, ridicându-l spre cer.

* * *

Când vrei să meditezi, apar gândurile inutile, vagabonde, necerute. Așa se întâmplă tuturor. Atunci, trimite-i lui Dumnezeu aceste gânduri, dar nu oricum! Încearcă să le traduci în limbajul pe care îl înțelege Dumnezeu Cel Pur și Fără Formă. Tradu-le într-o formă pură, în gândurile Divine! Este ca un koan zen. Dacă te vei strădui, vei ajunge la Pace!

UMORUL, CALITATE SPIRITUALĂ

Mulți filosofi, psihologi, scriitori, diverși specialiști au încercat să explice umorul. Au lansat teorii interesante, dar nici una nu lămurește pe deplin ce este el. Umorul nu a putut fi formalizat și implementat în computere. Nici nu credem că va fi vreodată, pentru că ele nu pot reproduce nici libertatea (ci doar hazardul) și nici prefăcătoria (ci doar valoarea de adevăr „fals”). Oricât de inteligente ar fi computerele actuale - în sensul stocării și chemării instantanee a informațiilor și chiar capacitatea de a învăța din propria experiență – ele sunt idioate, adică respectă noncreativ algoritmul gândit de om. Putem presupune că simțul umorului este legat direct de existența conștiinței umane. Computerele nu pot fi amuzate pentru că le lipsește conștiința. Înseamnă că umorul va fi explicat numai odată cu explicarea conștiinței. Dar acest lucru este departe de a fi realizat de către știința modernă, deși se străduiește din răspuțeri...

Din cele afirmate de cercetătorii umorului, câteva idei merită a fi reținute.

- Umorul este ca un joc. Implică 1) recreere, lipsă de tensiune și 2) competiție, existența unui câștigător și a unui învins. Umorul ar fi deci o victorie a noastră asupra altora, într-un context neconflictual, neagresiv.
- Umorul se ivește atunci când convenționalul se transformă în absurd, adică așteptările noastre nu sunt deloc hrănite. Apare o incongruență dintre expectanțe și final, adică aplicarea a două înțelesuri la aceeași experiență.
- Umorul este dependent de contextul social și cultural.
- Umorul, mai ales cel obscen, eliberează o energie ținută în frâu (Freud). Totuși, trebuie să discernem între umor și râs. Râsul poate avea cauze fiziologice străine de umor.
- Umorul este specific uman.
- Umorul are o componentă autoironică, autocritică. Dacă îi lipsește celui amuzat, atunci el se limitează la a batjocori o altă persoană. Fiind autoironic, umorul se opune fanatismului, intoleranței, pentru că oricine poate cădea pradă unei glume, chiar și autorul ei.
- Umorul amendează obtuzitatea și inflexibilitatea „mecanicismului”, care încearcă să ne limiteze, să ne prindă în chingile sale, să osifice „viul”, viața însăși (Bergson).
- Nietzsche spunea: „Zei sunt zeflemiști: se pare că ei nu-și pot stăpâni râsul nici măcar în timpul acțiunilor sfinte.” Ceva-ceva a prins neamțul. Dar nu cred că e vorba de râsul zeflemitor, ci de bună-dispoziție.

Propunându-vă un punct de vedere sintetic și personal, credem cu tărie că umorul este o calitate pur spirituală. Umorul este prezent și la ființele eterate ale lumii spiritelor. Aceasta rezultă din comunicările cu spiritele, conform propriilor lor afirmații. Dacă este așa, atunci originea comună a umorului trebuie căutată în zona spirituală, atât pentru spirite, cât și pentru oameni. Și este normal aceasta, deoarece oamenii sunt de fapt spirite încătușate în materie, iar psihicul uman este un ecou al spiritului.

Mergând la esența umorului, credem că două motivații diferite îl generează.

Prima cauză a umorului (atât al omului, cât și al spiritului) ar fi amendarea mecanicismului, rigidității, șabloanelor de comportare, simțire și gândire. Este o reacție la încălcarea libertății proprii spiritului. Spiritul este creat liber și se bucură la maximum de această libertate în lumea sa originală. Atunci când ceva sau cineva se opune libertății sale, obligându-l să fie previzibil și rigid, spiritul se revoltă și îi transmite omului în care este încarnat starea de umor. (Simțul umorului este unul din cele câteva suprasimțuri aflate dincolo de cele 5 simțuri standard. Alt

extrasimț ar fi, de exemplu, bunul-simț.) Nenumărate pârgii inconștiente ne manipulează în fel și chip, dar omul are posibilitatea de a fi oricând imprevizibil, pentru că în el sălășluiește o ființă mai înaltă, absolut liberă.

A doua cauză ar fi diferența marcantă dintre așteptări și realitate, dintre formă și fond. Lumea fizică este o lume a mascării, a minciunii, a aparențelor. Pentru spirite însă, adevărul este ușor de văzut, iar minciuna nu are cum supraviețui. De aceea poate fi amuzant să vezi cum le pică masca unor personaje care ar fi dorit să ne înșele, mai mult sau mai puțin voluntar. Umorul izbucnește însă mai ales când spiritul ne transmite voalat ideea că toată această lume a noastră, cu tot ce există în ea, este o aparență, ea nu exprimă realitatea așa cum se vede din lumea spiritelor. În acest sens, chiar și infirmitățile sunt posibil de ridiculizat (cu tactul de rigoare), pentru că ele îmbracă în niște aparențe efemere (prezentate ca fiind definitive și tragice) realitatea ființei spirituale create perfectă și indestructibilă. În acest sens, orice poate fi demn de râs, pentru că orice există pe pământ este o formă trecătoare și imperfectă, diferită de fondul spiritual al lumii. Din perspectiva perfecțiunii, orice imperfecțiune poate fi ridiculizată (cu compasiunea de rigoare, pentru a nu provoca suferințe gratuite). Numai Dumnezeu NU poate fi ridiculizat, pentru că EL ESTE PERFECT. Am putea ridiculiza numai ideea limitată a unora despre Dumnezeu.

Umorele are nevoie de o anumită detașare și neagresivitate. Altfel, el este imediat înăbușit în stări mai groșiere de conștiință: furie, tristețe, teamă etc. Umorul este o stare de conștiință superioară, apropiată de spirit. Simțul umorului este un posibil indicator al apropierii omului față de spiritul său, mai ales când apare în situații tensionate, problematice, cu miză mare.

Concluzionând, umorul, în esența sa profundă, este o reacție la încălcarea atributelor fundamentale ale Spiritului: LIBERTATEA și ADEVĂRUL. Mecanicismul este o ofensă adusă Libertății, iar aparența este o ofensă adusă Adevărului.

Toate formele de umor omenesc pot fi reduse la cele două cauze primare: șablonul rigid și aparența dejucată.

Acestea ar putea fi cel mai adevărate în cazul vieții reale, adică a „jocului prim”. Dar pentru „jocul secund” – arta sau educația – motivele umorului ar putea avea și alte resorturi, mai subtile.

22 martie 2009

Umorele poate fi voluntar sau involuntar.

Poate fi universal (de exemplu, cel cu tentă sexuală, uneori umorul de situație) sau cultural (specific unei civilizații sau unei limbi anumite – mai ales umorul de limbaj).

Umorele cultural este metaforă (comparație fără un termen), iar degustătorul de umor completează termenul lipsă. Ca în poezie. În umor, metafora ne duce într-o direcție total imprevizibilă; cu cât e mai

nepotrivită, cu atât umorul e mai savuros. Imaginea amuzantă este „ca nuca în perete”, dar vrea să pară rezonabilă. Umorul face haz de lipsa logicii profunde, de sofisme, nu neapărat a unui personaj, ci a situației, a exprimării inadecvate etc. Omul prost nu prea gustă hazul de illogică, fiindcă se simte cu musca pe căciulă.

În rebus, în poezie, în umor, în știință, plăcerea descoperirii sensului ascuns este aceeași. În umorul voluntar mai apare și pregătirea psihologică de a râde de nepotriviri, atmosfera relaxată și ușor tensionată în sens plăcut, care deja pregătește și provoacă hazul în procent de 50%.

Când umorul este explicat, nu ne mai amuză, fiindcă dispare plăcerea descoperirii „cheii” umoristice. Dacă cerem explicații, asta arată că suntem ori proști, ori inculți, ceea ce iarăși nu este amuzant deloc...

8 decembrie 2011



Au căzut de acord asupra reîncarnării

© Răzvan A. Petre

1.07.2012



© Răzvan A. Petre

Pratyahara (retragerea simțurilor)

27.06.2012

Epigramă de iarnă

Urătorii ne colindă:
magii, steaua... brazii, leru'...
Mă întreb: pe ritm de samba,
cum colindă... brasileiro?...

31.12.2011

EFECTUL ÎNJURĂTURII

Ce este înjurătura? Este o metodă convențională de a provoca instantaneu furia interlocutorului.

Din punct de vedere strict psihologic, furia este determinată de jignire, lezarea onoarei, a demnității egoului. Personalitatea spirituală nu poate fi lezată nicicum.

În principiu, lezarea onoarei ar putea duce la pierderea respectului celorlalți, de aceea se cere apărută. Pe o insulă pustie (unde conflictul ar rămâne strict între cei doi) jignirile ar putea avea efect doar în planul pierderii stimei de sine al celui ocărât; el ar reacționa numai pentru a-și apăra imaginea de sine.

Prejudiciul de imagine este în legătură cu aflarea de către terți a „jignirii”. Chiar dacă nu ne simțim amenințați de jignire, dacă ea devine publică, suntem totuși obligați să luăm atitudine. Lipsa reacției poate fi interpretată ca vină, ca frică, având drept consecință diminuarea respectului celorlalți. Aproape mereu, lipsa reacției poate fi interpretată de agresor ca o invitație la continuarea jignirilor. Este o adevărată artă aceea de a răspunde fără a amplifica conflictul, ci de a-l stinge.

11 decembrie 2009

* * *

Spiritul încarnat se roagă Domnului prin mintea din stare de veghe. Spiritul este încarcerat în creier, nu are conexiune liberă și directă, precum spiritele libere. În somn, spiritul își lasă conștiința umană în corp, fiind astfel incomplet și, de aceea, nu are suficientă energie spirituală pentru a redeveni ce era înainte de încarnarea în trup de om. În concluzie, spiritul încarnat este obligat să folosească resursele psihice umane pentru a comunica mai bine cu Divinitatea.

În corpul de om, spiritul poate primi Grația suprema numită „extaz mistic”, prin care să fie primit aproape de Absolut. Dar nu sunt sigur că același spirit, dezîncarnat fiind, ar fi avut același privilegiu. În corp de om, spiritul vrednic este răsplătit înmiit pentru vitejia sa de a înfrunta ispitele materiei...

11 decembrie 2009

Despre iluminare, în cadrul modelului trinitar al psihicului Minte - Conștiință - Spirit

Conștiința cunoaște prin identificare. Se identifică cu Mintea și cunoaște lumea fizică. Apoi se apropie de Spirit, identificându-se treptat cu el. Tot treptat s-a identificat și cu Mintea, în copilărie, etapă ce a durat circa 7 ani. Când se identifică cu Spiritul, vede universul dintr-o perspectivă mult mai largă, mai vie, mai însoțită. Revenind la „normal”, perspectiva mentală pare mult mai obtuză, mai gri, mai adormită, mai

cețoasă. Pare un vis față de trezia Spiritului. Simpla amintire a experienței spirituale pure îl face pe cel iluminat să exclame: „*Viața omului este o umbră, o iluzie, un vis în somnul Spiritului. Adevărata realitate este cea a Spiritului!*”. Paradoxal, ambele viziuni sunt reale. Pentru cel neiluminat, Spiritul este o himeră, autosugestie, visare. Și invers.

Apropierea Conștiinței de Spirit diminuează influența Minții și Ego-ului, care sunt de acuma modelate de Conștiință în acord cu viziunea spirituală pe care a avut-o. Chiar și în amintire, Spiritul pare mai real decât lumea fizică.

Uneori, amintirea se estompează și omul are nevoie de reluarea experienței transcendente. Nu este o simplă „repetare”, ci o „renaștere”. O baie de lumină total purificatoare, mereu nouă, ca o nouă zi. Nu este o repetare monotona, precum mantrele, ci o experiență mereu proaspătă și diferită, dar întotdeauna divină.

Conștiința nu poate cunoaște „obiectiv” Mentea sau Spiritul. Singura sa modalitate de cunoaștere este din interior, prin identificare. În schimb, viziunea obiectivă exterioară este accesibilă Spiritelor libere, neîncarnate. De aceea, pot apare diferențe între doctrina spiritistă și relatările maștrilor spirituali. Mărturia personală „interioară” completează descrierea „exterioară”, fără a se contrazice.

5 martie 2010

* * *

În practicile budiste tibetane, cuvântul „meditație” se traduce prin „familiarizare”. Este vorba despre familiarizarea minții cu o stare nouă specială, prescrisă de maștri, dorită și căutată de adepți. Practica meditației constă în imaginarea unor scurte filmulețe mentale, care să autogenerize în mintea adeptului o anumită emoție, întotdeauna pozitivă, constructivă.

De exemplu, pentru stimularea emoției compasiunii, meditatorul își poate imagina o căprioară fugărită de câinii vânătorului, pe care îl privește cu lacrimi în ochi. Repetarea constantă a acestei meditații duce la transformarea emoției trecătoare într-o dispoziție de mai lungă durată, chiar zile întregi. Când această dispoziție devine trăsătură temperamentală, scopul meditației a fost atins: sentimentul compasiunii față de toate ființele vii devine permanent și spontan, adică „familiar”.

În Occident, dispunem de imensa forță a imaginilor filmate, care pot să ne genereze aceste emoții benefice și starea de catharsis. Problema civilizației noastre este că nu o folosim în mod sistematic pentru educația emoțională. Ba dimpotrivă, majoritatea imaginilor filmate care i se prezintă omului occidental prin mass-media sunt impregnate de negativitate, duritate, agresivitate etc. Astfel că, în locul imaginației autocontrolate într-un scop benefic, avem parte de imagini manipulate de alții cu efecte prioritar dăunătoare. Mentea omului este foarte plastică și se pliază pe conținuturile pe care i le prezentăm metodic. Oare ce tip de

om construim atunci când ne hrănim mintea preponderent cu știri îngrijorătoare, situații traumatizante, prevestiri sumbre, violențe gratuite, filme horror, catastrofe care ne hrănesc foamea de senzațional...?

27 iunie 2010

Spiritul și sufletul sunt ca frații siamezi. Dar ei sunt diferiți, precum tulpina vizibilă și rădăcina invizibilă a unei plante. Noi ne considerăm a fi „sufletul”, dar intențiile Spiritului deseori ne rămân ascunse. A le cunoaște, și încă permanent, este încununarea efortului de autocunoaștere. Nu există spiritualitate fără cunoaștere de Sine.

28 august 2010

Persoanele cu tulburări psihice dau vina pe toată lumea pentru necazurile lor, nereușind să își vadă propriile greșeli. De fapt, unii pacienți psihiatrici sunt bolnavi spirituali, nedorind să renunțe la mobilurile egoiste, care le-au acaparat sufletul cu totul.

31 august 2010

Drumul spre iluminarea spirituală trece prin eliberarea de gânduri și de ego (desigur, de scurtă durată). Orice gând este o limitare a Infinitului creator. Similar, ego-ul uman este o limitare a Conștiinței infinite. „Noi” suntem la mijloc, între personalitatea restrictivă, previzibilă a ego-ului și personalitatea universală, liberă a Spiritului din noi.

1 septembrie 2010

Nu omul se reîncarnează, ci Spiritul din el. Omul este unic și efemer. Spiritul nemuritor se reîncarnează în multe ființe umane, succesiv, pentru a dobândi experiență pământească. Totuși, sufletul omului supraviețuiește morții, fiind înglobat în personalitatea universală a Spiritului.

Chiar dacă, în viață fiind, sufletul nu se identifică total cu Spiritul, după momentul decesului, sufletul devine o părticică din Spirit. Iar când, în situații speciale, un Spirit liber se încorporează într-un medium (vezi cazul João de Deus) o poate face „îmbrăcat” cu unul din sufletele din arhiva Sa perispirituală.

4 septembrie 2010

STRESUL

În fața unui stres provocat de incertitudine și așteptarea înfrigurată a unui posibil eveniment neplăcut, omul are cel puțin 3 variante diferite de reacție salvatoare, ca să nu se îmbolnăvească sufletește.

- 1- Ignoră sau, pur și simplu, uită pericolul.
- 2- Dacă are credință, poate gândi că „oricare va fi deznodământul, va fi spre binele meu spiritual și al celor din jur”.
- 3- Privește direct spre sursa stresului, disecând-o în componentele sale, până nu mai pare amenințătoare.

5 octombrie 2010

Stresul incertitudinii. Omul nu știe ce i se va întâmpla și așteaptă înfrigurat deznodământul situației. Doar că, până atunci, stresul îl va îmbolnăvi.

Ca să scapi de stres, gândește în termeni clari: Fie se va dovedi că temerile tale nu se vor împlini, deci totul este acum doar în imaginația ta, așa că destinde-te! Fie se va întâmpla scenariul neplăcut, și atunci fă-ți de acum planul de bătaie, pregătește-te psihologic. Deci, întâi liniștește-te și, apoi, pregătește-te! Așa vei scăpa de chin!

Stresul apare atunci când există oscilație continuă între da și nu. El produce atât agitație mentală, cât și incapacitate de reacție adecvată.

6 octombrie 2010

Frica de moarte. Moartea este considerată un fenomen neplăcut. Pe unii, așteptarea sa iminentă îi poate înnebuni. Să rememorăm tortura psihologică realizată asupra patriotului Ilie Ilașcu, care a fost scos în fața plutonului de execuție de mai multe ori, simulându-i-se împușcarea.

Cei mai mulți ignorăm gândul morții, ca și cum vom trăi veșnic.

Unii se gândesc cu speranță la „viața de apoi”, care le va risipi chinurile vieții pământești.

Dar unora, anxietatea intensă le-a produs o „iluminare spontană” atunci când și-au imaginat procesul morții, pas cu pas. Așa s-a întâmplat, de exemplu, cu înțeleptul Ramana Maharishi, pe când era copil.

7 octombrie 2010

* * *

În laboratorul minții

„Nu am timp! Parcă timpul se grăbește!”, spui de multe ori asta. Poate că, într-adevăr, senzația ta este reală și **TIMPUL TE PRESEAZĂ**.

Iată o metodă imediată de răspuns: poți, la rândul tău, să **PRESEZI TIMPUL**. Timpul se întinde la stânga (trecutul) și la dreapta (viitorul). Comprime timpul din ambele sensuri până când ajungi la momentul zero, clipa de acum. Vei obține un rezultat straniu. Este un proces

mental: imaginează-ți o presiune de neoprit cu care strângi timpul, ca într-o mângână invizibilă... 5 secunde, 1 secundă, 100 milisecunde, 10 nanosecunde, 1 picosecundă... Menține atenția asupra presiunii, căci timpul are tendința de a se dilata la loc când nu te concentrezi!

Reușind să comprimi timpul, ca un exercițiu repetat, vei remarca o mai mare ușurință de a suporta viața, o vei înțelege mai profund și vei fi mai liniștit.

13 octombrie 2010

Închipuie-ți că, în urma unui accident minor, ți-ai pierdut memoria. Nu mai știi nimic din trecutul tău, nici măcar accidentul. Vezi doar niște oameni care spun că sunt rudele tale și te cheamă cu un nume ce nu îți spune nimic. Încerci să nu îi superi, fiindcă sunt drăguți cu tine, dar ei nu înseamnă nimic pentru tine. Obiectele pe care ți le arată ca fiind ale tale îți par la fel de străine. Toți par a fi îngrijorați de starea ta, dar tu te simți bine, fericit. Ești absolut liber! Trecutul nu mai există... Ești proaspăt apărut pe lume și te bucuri de orice, ca un copilăș...

Acest exercițiu de amnezie îți aduce o stare de euforie. Când nu mai există trecut, nu mai ai la ce gândi; iar când dispar gândurile, te umple spontan o stare de fericire.

14 octombrie 2010

* * *

Ochii sunt fereastra sufletului, se spune. Iar sufletul este fereastra spiritului. Un om nu își poate ține ochii deschiși decât atunci când Spiritul este prezent în trup. Doar bebelușii pot să țină ochii deschiși când dorm. Pe de altă parte, când un mare maestru spiritual meditează cu ochii deschiși, iar Spiritul îi este plecat din trup, privirea îi este pierdută, ochii sunt inexpressivi, goliți de viață. Asta confirmă faptul că forța privirii vine de la Spiritul din noi.

16 octombrie 2010

În 2006, „American Psychologist”, publicația oficială a Asociației Americane a Psihologilor, a publicat un articol despre meditație, care începe prin a spune că meditația „este acum unul dintre cele mai durabile, răspândite, precum și cea mai cercetată modalitate dintre toate metodele psihoterapeutice”. Există peste 10 milioane de practicanți în Statele Unite și sute de milioane în întreaga lume. Beneficiile ei sunt recunoscute pe scară largă, argumentate în peste 1000 de studii științifice, fiind introdusă în spitale, școli și terapii psihologice de diverse orientări. Meditația a fost studiată intensiv și promovată de către psihologia transpersonală de peste 30 de ani. În condiții clinice, la anumiți indivizi meditația este utilă pentru reducerea tensiunilor, anxietății, psiho-patologiilor asociate stresului (insomnia, bâlbâiala, hipertensiunea arterială sau aritmia) și autoînvinuirilor, pentru

reducerea dependenței de droguri, sporirea stimei de sine, îmbunătățirea stării sufletești, facilitarea exprimării emoționale, creșterea creativității, eficienței și resurselor de energie vitală. Meditația conduce la creșterea seninătății și detașării, o minte mai calmă și o reducere a impactului suferinței. Pentru a fi utilizată cu succes, meditatorul trebuie să manifeste un anumit grad de autodisciplină și să nu aibă o nevoie excesivă de „a ține totul sub control” (meditația ducându-l într-o zonă de conștiință inedită, necunoscută până atunci).

21 octombrie 2010

Dintre toți savanții (universitari din științe naturale și discipline umane), cei mai sceptici privind posibilitatea fenomenelor paranormale sunt – cine credeți? - psihologii!!! Mai concret, într-o statistică recentă a American Psychological Association, 34% din psihologii academici declară că fenomenele psi (telepatia, clarviziunea/vederea la distanță, psihokinezia și precogniția) sunt imposibile. S-au efectuat studii psihologice după toate regulile științifice care atestă indubitabil din punct de vedere statistic existența acestor fenomene psi ¹⁰. Dar credeți că i-a convins pe ignoranții cu diplomă? Aș, de unde! Prejudecățile sunt mai puternice decât dovezile. În general, statisticile nu conving pe nimeni...

Din punctul meu de vedere, aceasta este o dovadă a incompetenței învățământului psihologic universitar actual din țările „civilizate”. Și poate tocmai din acest motiv, psihoterapeuții americani vor să se separe din asocierea cu psihologia „științifică”, care își dovedește obtuzitatea și inadecvarea la realitate. În decursul practicii clinice și de consiliere, terapeutul se sensibilizează la problematica subtilă a sufletului, aflat dincolo de paradigmele științelor naturale.

În schimb, psihologia științifică vrea să explice totul pe baza biologiei și fizicii. Este o dovadă crasă de pupincurism a psihologiei academice în fața științelor clasice, de teama repudierii sale de către savanții materialişti. În același timp, este, din păcate, o renunțare la statutul propriu, unic și nobil al psihologiei, ce nu trebuie redusă la domeniul altor științe particulare.

18 noiembrie 2010

Spiritul și sufletul nu sunt același lucru.

Spiritul este farul care luminează drumul sufletului prin întunecatul ocean al ignoranței. Spiritul este reprezentantul permanent al Divinității în om. Singur, sufletul nu ar avea cum să își ducă viața conform moralei celeste, fiind legat doar de cele pământești. Îngerii păzitori din jur îi dau sfaturi bune, dar ei nu pot ține locul propriului spirit, care conduce vehiculul corporal și ține permanent contact cu sufletul. Activitatea

¹⁰ <http://www.drjudithorloff.com/Free-Articles/Feeling-Future.pdf>

îngerilor asupra sufletului este doar ocazională, chiar dacă îl supraveghează mereu de la distanță.

Din aceste considerente, spiritul nu poate fi identic cu sufletul omului. Spiritul trebuie să fie o lumină mereu aprinsă, conștientă de divinitatea sa interioară, gata oricând să îndrume sufletul atunci când se află la ananghie sau într-o dilemă morală.

Cei care susțin că spiritul ar fi identic cu sufletul o fac pentru a simplifica chestiunea continuității conștiinței după moarte. Astfel, știind că după moarte rămâne spiritul nemuritor, ei afirmă că sufletul omului este același spirit, dar „adormit”.

Dacă însă spiritul încarnat ar fi inconștient de divinitatea sa, ar lipsi orice reper sacru din câmpul conștiinței umane. În niciun caz omul nu se poate baza doar pe învățăturile exterioare ale preoților sau șamanilor. Ce s-ar întâmpla când ele ar lipsi (caz frecvent), ar fi eronate sau răuvoitoare?! Omul ar fi atunci lipsit de orientarea spre calea divină. Dar Dumnezeu nu ne lasă niciodată fără ajutor, iar ajutorul este chiar în noi, bine ascuns, dar de nădejde. Dumnezeul Cosmic este mult prea departe, Îngerii Săi au misiunea de protecție în ocazii speciale, și atunci, cine rămâne nonstop la cârma corăbiei sufletului? Spiritul, desigur, această scânteie din Dumnezeire. El este nemuritorul.

La moarte, sufletul se retrage pe nesimțite în sfera spiritului, fiind înnobilit cu perspectiva universală a acestuia. Este precum procesul prin care o picătură de apă se scurge în ocean – ea nu se usucă, nu-și pierde proprietățile fluide, dar în schimb capătă o viziune mult mai largă asupra vieții.

27 februarie 2011

„Omul nu poate nimic fără Dumnezeu”, spun cei care se dau foarte pioși. Este o afirmație gravă, care, în loc să ne apropie de Divinitate, ne descurajează, ne decepționează și ne supune voinței celor mai puternici dintre noi. În fond, suntem convinși că Dumnezeu este greu de atins și că nu ne va satisface orice dorință... Deci ar trebui să așteptăm toată viața mila Sa, ca niște cerșetori neputincioși, nedemni și frustrați.

Dimpotrivă, trebuie să credem că omul îl are pe Dumnezeu în el, sub forma spiritului său individual. Desigur că putem primi ajutoare nesperate de la îngerii păzitori, de la spirite elevate și puternice care îndeplinesc Voia Divină, cu și fără rugăciunile noastre fierbinți. Dar nimeni și nimic nu poate suplini voința spiritului încarnat în corpul și sufletul nostru. Acest spirit însuși este o parte din Divinitate, are calități divine. Voința este suprema armă spirituală. Deci omul poate orice tocmai fiindcă în el este prezent Dumnezeu, prin reprezentantul său – spiritul individual care ne dă identitatea.

Dar, atâta timp cât confundăm spiritul cu sufletul, ar fi desigur o nepoșenie să ne credem dumnezei! Sufletul nostru este imperfect și nu prea doritor de înțelepciune. Însă, odată ce le separăm, putem afirma

fără modestie că Dumnezeu locuiește în noi, iar puterea noastră de a face lucruri bune și chiar miracole vine numai de la El. Totuși, sufletul nostru se poate opune inspirației divine, din păcate, prea des. Sufletul nostru este liber să asculte de indicațiile spiritului sau să acționeze după cum are chef ori este influențat din exterior...

Chiar dacă nu putem demonstra științific, suntem condamnați să credem că sufletul nostru pământesc diferă de spiritul nostru ceresc. Altfel, ar trebui să admitem că ființa umană este alcătuită doar din lut, neavând nimic divin în ea. Partea divină din om se numește „spirit” și are o conștiință proprie, precum Dumnezeu. De fapt, ea ne conduce viața, așa că este mai conștientă de multe lucruri decât mintea noastră limitată.

Până la urmă, într-un fel, este adevărat că *„omul nu poate nimic fără Dumnezeu”*, dacă înțelegem că Dumnezeu este în noi, iar faptele neinspirate de comandorul ființei noastre, spiritul, nu vor fi integrate în armonia vieții universale, ci doar niște acțiuni stângace, cu efecte imprevizibile și chiar indezirabile.

Sunt mulți sataniști care pot să facă foarte multe lucruri rele, fără Dumnezeu!

1 martie 2011

Dacă nu vei putea păstra un surâs interior când treci prin suferințe și necazuri, este aproape sigur că vei duce în spate acest rău mult timp de acum înainte, chiar și după ce suferința se va fi sfârșit. Vei vrea să te răzbuni sau vei căpăta fobii, antipatii, o ură inexplicabilă etc., adică vei perpetua răul suportat, sub diverse alte forme. Buddha spunea: „când nu reacționezi lăuntric la răul care ți se face, tot atâta rău moare în lume”. La același lucru se referă și toleranța creștină – îl ierți pe cel care ți-a greșit nu de dragul lui, ci pentru binele tău. În exterior poți reacționa - uneori chiar se impune fermitate -, dar lăuntric nu trebuie să porți nicio ranchiună personală, căci tu nu te lupți cu omul – o biată ființă izbită de colo, colo -, ci cu răul. Răul este un vâl de iluzie aruncat peste realitatea binelui.

Diferența dintre sfinții și martirii închisorilor comuniste este că sfinții au reușit să își ierte tortionarii. Această iertare este un adevărat miracol. De obicei, oamenii merg pe urmele lăsate de rău în sufletul lor, brazde adânci care le dau direcția atitudinilor și comportamentelor viitoare. Sfinții închisorilor au înțeles asta și au vrut să se elibereze de condiționarea psihică malefică. Când poți să ierți ceea ce este „de neiertat”, cu adevărat te-ai eliberat din cea mai grea sclavie, sclavia resentimentelor.

7 aprilie 2011

Una e să folosești Voința, alta e să intelectualizezi, să imaginezi. Voința și Imaginația sunt energii spirituale diferite.

Isus le spunea ucenicilor: „*Când vă rugați, să credeți că ați primi deja ceea ce ați cerut*”. Aici nu e vorba de autosugestie pozitivă, de iluzionare benefică. Voința este diferită de gândire. Cu ajutorul Inteligenței ne stabilim țeluri posibile și dezirabile, dar Voința nu stă să analizeze. Voința este formată dintr-un scop și o energie lansată către acesta. Este ca și cum ai trage cu pistolul: îl poți orienta în diverse direcții, dar odată ce apeși trăgaciul, ești sigur de efectul devastator al glonțului.

„Credința” de care vorbește Isus nu este o convingere intelectuală în urma unei predici sau dezbateri, ci este siguranța în efectul Voinței spirituale. El a exprimat în cuvinte *efectul* angrenării Voinței autentice, nu *mijlocul* intelectual prin care poți obține succesul. Voința este o forță distinctă, nu e produsă de gândire, ci colaborează cu ea. În acest sens, „credința” nu este rațională. Uneori poate părea chiar naivă. De fapt, numai un om naiv își poate închipui că poate realiza o minune, nu-i așa? Și totuși, oamenii realizează și minuni, adică fapte dincolo de rațiune – prin Voință spirituală. Odată ieșit pe țevă, glonțul va pătrunde în orice material...

Voința acționează dintr-o dată, imparabil, furtunos. Cu totul altfel acționează tehnica autosugestiei, care înlocuiește treptat obiceiurile greșite. Efectul Placebo ține de Voință, nu de autosugestie...! Tocmai de aceea, devenind conștient de „minciuna placebo”, efectul său nu mai poate fi reprodus (la fel de eficient) prin sugestie și autosugestie conștientă.

În urma unor studii științifice, savanții au concluzionat că în cerebel se află cheia acestei probleme. Cerebelul fiind luat prin surprindere, creierul reacționează bine la sugestia exterioară. Dar cerebelul prevăzând mesajul dorit prin autosugestie, el acționează ca o barieră sau protecție, împiedicând-o. (Cerebelul conține 50% dintre neuronii creierului.)

Cerebelul pare a face legătura dintre Conștiință și Minte.

26 aprilie 2011

* * *

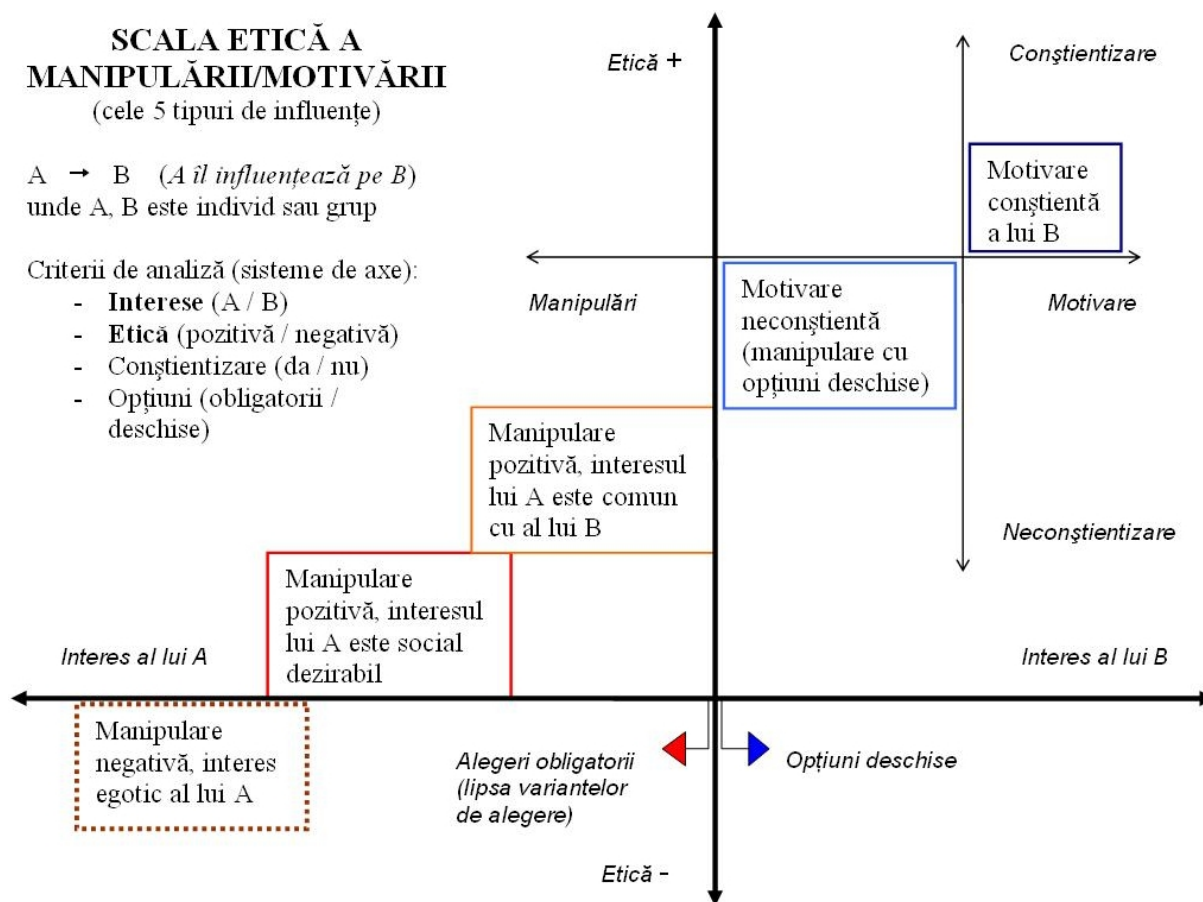
SCALA ETICĂ A MANIPULĂRII SAU MOTIVĂRII

SCALA ETICĂ A MANIPULĂRII/MOTIVĂRII (cele 5 tipuri de influențe)

A → B (A îl influențează pe B)
unde A, B este individ sau grup

Criterii de analiză (sisteme de axe):

- Interese (A / B)
- Etică (pozitivă / negativă)
- Conștientizare (da / nu)
- Opțiuni (obligatorii / deschise)



3 august 2011

* * *

Stima de sine și orgoliul sunt antagonice.

Stima de sine este un ecou al iubirii de Sine. În schimb, orgoliul este o urmare imediată a iubirii de ego. Apropiindu-te de Spirit, te depărtezi de ego, automat.

Smerenia este virtutea opusă orgoliului. Deci, stima de Sine și smerenia sunt convergente, deși sunt atitudini psihologice diferite.

Smerenia este diferită de umilință. Smerenia este îngenunchere în fața Puterii, Iubirii și Înțelepciunii lui Dumnezeu, pe când umilința este îngenunchere în fața oamenilor. Uneori smerenia și umilința se suprapun aparent, dar nu întotdeauna.

Demnitatea nu este totuna cu onoarea. Demnitatea are legătură cu stima de sine și valorile umane perene, pe când onoarea este o convenție socială, provenind din tradiții și cultură. Onoarea are legătură cu lezarea egoului, pe când demnitatea apără manifestarea Sinelui divin în lume. Uneori, onoarea și demnitatea se suprapun, dar nu întotdeauna.

Sine Suprem: Stimă de sine – smerenie – demnitate

Ego: Orgoliu – umilință – onoare

13 octombrie 2011

Paradoxuri perene și o soluție comună

Budiștii se întreabă de ce trebuie să practicăm Calea în căutarea iluminării dacă Buddha se află deja în noi, după cum spun toți înțelepții.

Advaita Vedanticii se întreabă de ce ne simțim distincți de celelalte ființe dacă, în realitate, suntem una cu Universul și cu Divinitatea Creatoare.

Creștinii se întreabă de ce Isus se adresa ca unei alte persoane Tatălui din Ceruri dacă era unit cu El, cum ne învață dogma despre Sfânta Treime.

Spiritiștii se întreabă de ce am uitat viețile anterioare și toate celelalte cunoștințe spirituale dacă noi suntem spiritul care s-a reîncarnat.

De ce nu e cazul să ne temem de moarte, dar trebuie să prețuim fiecare clipă a vieții noastre?

Cum e posibilă continuitatea conștiinței după moarte, dar experimentăm zilnic discontinuitatea ei, în starea de somn?

Toate aceste nelămuriri au un răspuns comun simplu: modelul triadic Spirit-Conștiință-Minte.

26 decembrie 2011

PROFILAXIA ÎNDRĂGOSTIRII SUPERFICIALE

Privești o persoană de sex opus care respectă toate standardele tale de frumusețe și atracție sexuală. Sau poate că are farmecul bogăției ori faimei... Imediat, într-o clipită, în minte apare un gând suplimentar de genul „asta îmi va aduce fericirea”. Și te îndrăgostești subit de ea. Nu te îndrăgostești de omul respectiv, cu bunele și relele sale, cu problemele și darurile sale. Ci de promisiunea fericirii lipită de imaginea sa. Deci, speranța în fericirea pe care ți-o va aduce acea persoană este cea care te face să spui: „*M-am îndrăgostit!*”. Dar acea persoană nu este jumătatea ta predestinată, ci proiecția minții tale. Ce este de făcut?...

- Pustnicii se izolează fizic de oameni, de teama femeii. Este o soluție pe jumătate, doar se amăgesc că au depășit ispita, sperând că practica spirituală va îndepărta automat dorința din minte. Uneori se întâmplă și asta. Dar de obicei păstrează o tensiune, o teamă, o frustrare – și învățăturile monastice sunt pline de astfel de exemple.

- Nici interzicerea prin norme nu este o soluție grozavă. Societatea creștină (ca și cea islamică) este plină de exemple de adulter sau relații ratate, în ciuda unor prohibiții exterioare. „*Ochiul vede, inima cere*”, se spune... Ochiul privește ceva, orice, iar mintea adaugă inconștientă „*asta îmi va aduce fericirea*”. Așa apare dorința insașiabilă și nepotrivită... Acest gând are o forță mult mai mare decât a instinctelor primare. El este cauza multor eșecuri, luându-ne mințile când alegem un partener

nepotrivit. Omul civilizat a învățat să-și controleze instinctele într-o mare măsură, dar nu și gândurile! Supravegherea gândurilor se învață doar în școlile spirituale, uneori și în arta dramatică...

Soluția înțeleaptă este să poți păstra imaginea, fără să-i negi frumusețea, dar să împiedici apariția simultană a acelui fals gând „asta îmi va aduce fericirea”. Atât. Mentalizează intens gândul opus „ASTA NU ÎMI VA ADUCE FERICIREA !” și va fi suficient ca dorința să-și slăbească strânsoarea. Vei începe să experimentezi starea de libertate lăuntrică. Devenind mai liber, te vei simți mai fericit!...

Acest procedeu funcționează și în cazurile de dependențe ușoare, mici vicii, însoțindu-l cu o stare autoindusă de dezgust, repulsie, chiar teamă față de obiectul de care vrei să te îndepărtezi psihologic.

Maestrul Yogananda spunea că un obicei este o idee prin care mintea crede că nu poate sau că nu este bine să scape de un anumit gând. Tot el spunea că un om devine bătrân în clipa când refuză să depună eforturi pentru a se îmbunătăți.

5 noiembrie 2012

AUTOSUGESTIA ESTE POTENȚATĂ DE AUTOCUNOAȘTERE

Unii dintre cei care încearcă metodele de autosugestie se plâng ulterior că, în ciuda insistenței lor, nu au obținut rezultatele dorite de ei. S-ar putea întâmpla ca, într-un fel sau altul, să își știe destul de bine calitățile și defectele, dar să nu dorească nici în ruptul capului să schimbe ceva la ei. De câte ori nu am auzit fraza „Așa sunt eu și nu mă pot schimba!”. Sună aproape ca o mortificare, o îngropare în ciment. Din fericire, viața le dă din când în când niște ghionturi serioase, obligându-i să avanseze pe calea transformării interioare.

O altă cauză ar putea fi faptul că încă nu se cunosc pe ei înșiși. Neînțelegându-se bine, nici nu știu ce au cu adevărat nevoie la un moment dat. De aceea, încercarea lor s-ar putea ciocni cu interesele profunde ale personalității lor, iar eșecul este previzibil. În acest caz, măsura imediată absolut necesară este să înceapă ședințele de introspecție și autocunoaștere psihologică și spirituală. Înaintând pe acest drum, poate că își vor descoperi cu totul alte interese și modalități de acțiune.

Deseori ne opunem la nivel inconștient, din cauza unor scheme de gândire eronate sau a unor emoții refulate care ne pun piedici inexplicabile. Odată însă ce ne descoperim o anumită condiționare psihică, calea spre succes devine clară. Nu avem decât să ne amintim mereu, tot mai des și detașați emoțional, de acel mecanism psihic care ne face să acționăm, să gândim altfel decât am vrea și atunci el își va pierde puterea asupra noastră, iar în final va dispărea.

9 noiembrie 2012

EMOȚIILE NEGATIVE

Nu te lăsa îngrijorat de viitor, oricât de „rațională” ar părea fi această grijă! De ce? Fiindcă s-ar putea să te înșeli cu totul. Și chiar dacă temerile tale sunt întemeiate, când se va ivi problema, vei ști atunci cum să acționezi, te vei putea mobiliza. Acum însă ești paralizat, fixat doar pe partea negativă a provocării – grija –, incapabil să o găsești și pe cea pozitivă – acțiunea. Asta nu înseamnă să nu prevezi, cu detașare, evoluția probabilă a lucrurilor. Dar eu mă refeream la dispoziția adiacentă, la acea îngrijorare nefolositoare...

«Și de ce vă îngrijorați de îmbrăcăminte? Uitați-vă cu băgare de seamă cum cresc crinii de pe câmp: ei nici nu torc, nici nu țes; totuși vă spun că nici chiar Solomon, în toată slava lui, nu s-a îmbrăcat ca unul din ei. Așa că, dacă astfel îmbracă Dumnezeu iarba de pe câmp, care astăzi este, dar mâine va fi aruncată în cuptor, nu vă va îmbrăca El cu mult mai mult pe voi, puțin credincioșilor? Nu vă îngrijorați, dar, zicând: „Ce vom mânca?” sau: „Ce vom bea?” sau: „Cu ce ne vom îmbrăca?” Nu vă îngrijorați, dar, de ziua de mâine; căci ziua de mâine se va îngrijora de ea însăși. Ajunge zilei necazul ei.» (Matei 6.28-34)

Ai trăit la un moment dat o grijă, o spaimă, un stres, care a durat cel puțin câteva zile. Poate că acest stres nu te-a lăsat să dormi, trezindu-te deseori din somn și făcându-te să te gândești iar și iar la aceleași lucruri, în mod aproape inutil.

Sau, dimpotrivă, poate că reușeai să scapi de grijă pe timpul somnului reconfortant; dar în momentul exact al trezirii simțeau cum reintri într-o carcasă energetică a stresului. Era ca o coborâre dureroasă din tărâmul idilic al visului într-o grotă a realității. Ai simțit clar, obiectiv, acea energie crispantă, pe care tot tu ai creat-o, prin grijile întreținute în minte. Era o energie care te strângea și de care nu mai puteai scăpa decât în somn, fiindcă devenise obiectivă, căpătând forță și autonomie.

Iată care este puterea emoțiilor necontrolate!

13 noiembrie 2012

FIECARE ZI E ALTFEL

Un lucru care îmi atrage atenția zi de zi este faptul că fiecare zi diferă de celelalte. Are o altă energie, încă de la trezire mă simt altfel decât ieri. Practic, nu există repetiție, fiecare zi este unică, parcă ar fi o nouă viață. Unii poate au impresia că zilele sunt monotone, urmând aceeași rutină dictată de societate. Dar nu e așa. Poate că gesturile noastre sunt aceleași, dar energia zilei este unică. Este un lucru absolut cert, printre puținele lucruri sigure pe lume.

Energia zilei îți colorează universul tău psihologic. De aceea, nu poți pune bază fermă pe dispozițiile tale atunci când iei decizii importante. Mai amână o zi, două. Noaptea este un sfetnic bun... Proiectezi asupra vieții idei conforme cu dispoziția ta de moment. Dacă ești supărat și îngrijorat, viața ți se pare mizerabilă. Dacă ai succes și speranțe, viața pare minunată. Când ești năpădit de rutină, viața îți pare inutilă. Însă afectele și dispozițiile tale nu sunt de încredere. Nu-ți poți baza speranțele doar pe frumusețea cerului senin, nu trebuie să te întristezi doar fiindcă vine scadența la bancă. Acestea sunt accidente cotidiene, efemere, deci nu te poți baza pe ele în atitudinea ta asupra vieții.

Trebuie să rezolvi singur acest paradox: Ești într-o permanentă transformare, de la o zi la alta, de la un an la altul. Și totuși, ai impresia clară că tu NU ești o energie, o dispoziție mobilă, un vânt schimbător. Simți că există în tine ceva stabil, identic cu sine de la naștere și până la moarte, poate și după... Deci, care e punctul tău forte, reperul interior în toate ipostazele vieții?

2 decembrie 2012

* * *

După doctrina budismului Mahayana, omul nu constituie o adevărată unitate, ci este un agregat de stări, de conștiințe și de elemente. Ceea ce preexistă înainte de naștere și se continuă după moarte (numit în Occident „spirit nemuritor”) nu este individul uman, ci Forța Inteligentă care a determinat un asemenea agregat.

Prin moarte, organismul se dizolvă, hrănind mai multe conștiințe inferioare ca dezvoltare. E vorba despre particulele fizico-chimice, eterice (vitale) și astrale (idei și emoții) în care s-au descompus corpurile fizic, eteric și cel astral. Rămâne întreagă doar Forța centrală unificatoare (spiritul), capabilă să se manifeste din nou într-unul din planurile existenței condiționate (adică să se reîncarneze).

Mă întreb: oare câți dintre căutătorii spirituali occidentali nu s-au lăsat atrași mai degrabă de învățăturile esoterice contrare (care consideră că mintea omului este chiar spiritul)...! Acestea par a fi mai degrabă niște învățături satanice, căci susțin nemurirea ego-ului (în acest fel, ego-ul fiind încurajat să se umfle ca un balon).

29 ianuarie 2013

Cu cât ești mai pur, cu atât devii mai sensibil și agitația fără rost a lumii te obosește. Multe persoane evaluate spiritual care trăiesc în mijlocul orașului zgomotos au nevoie de mai mult somn pentru refacere. Ele preferă liniștea, natura, așezările umane izolate de „nebunia” urbană. Stresul pe care îl îndură orașenii le crește nivelul de agresivitate. Cele mai multe probleme psihice sunt înregistrate în marile metropole. Marile aglomerări urbane nu sunt speranța viitorului, ci un abator al rasei umane.

25 martie 2013

În urma avalanșei de informații, stilul de lectură al omului modern s-a schimbat. A devenit rapid și superficial. Dar pentru a trage foloase dintr-o lectură spirituală, e nevoie să o reiei răbdător, dedicând paragrafelor momente de reflecție care să dureze cât cititul sau mai mult. Prin reflecție, în liniște, informațiile se sedimentează, dar mai important, îți vin în minte noi idei conexe, lași imaginația să lucreze.

Pentru că lectura ocupă mult timp, omul modern o înlocuiește cu vizionarea de filme și filmulețe (care, de fapt, îți răpesc și mai mult timp!). Este mai relaxantă, dar și mai săracă în informații importante decât o lectură. Rareori filmul bate cartea! Lectura păstrează avantajul unic de a stimula creativitatea, solicitând mintea să completeze golurile dintre cuvinte. Oare ne apropiem de scenariul prefigurat în celebra carte ecranizată „Fahrenheit 451”?

27 mai 2013

Conștiința este funcția Conștiinței. Prin urmare, Conștiința este privită ca un „organ” psihic.

* * *

Atenția vigilentă începe asupra propriei persoane, cu autoobservarea activității psihice. În practica spirituală, înainte de a da atenția cuvenită detaliilor exterioare, trebuie să te analizezi pe tine însuși. Dar asta nu înseamnă să disprețuiești lumea sau să nu-i dai importanță...!

10 iunie 2013

Când cineva îți face o observație critică, natural ar fi să nu te superi: Dacă ai greșit, critica este obiectivă și ți-ar folosi să te corectezi, mulțumind în gând celui care te-a avertizat.

Dacă nu ai greșit, eroarea este de partea celuilalt. Tu nu ai ce să-ți reproșezi, deci nu te supăra pentru eroarea LUI de percepție. Iar dacă ești prea sensibil la imperfecțiunile lumii, acum ai ocazia să-ți amintești că ar fi bine să te mai înțelepțești...

Pare rațional, dar în practică nu se întâmplă așa. Cauza constă în emoțiile noastre, în impulsurile inconștiente, care ne domină în majoritatea timpului.

De aceea utopiile sunt irealizabile – fiindcă nu țin cont de complexitatea psihicului uman.

23 august 2013

Întreabă-te „cum este conștiința mea când nu are nimic de perceput?”, dar nu pentru a o descrie cuiva. Răspunsul pe care îl vei primi ar trebui să fie o stare imposibil de descris sau explicat.

Întrebarea însăși e o capcană. Conștiința este atenția pură, fără o formă proprie (căci ea ia forma obiectului studiat). Conștiința este precum un spațiu gol dilatat fără limite, centrat în ființa ta. Încercarea de a da o formă senzorială sau mentală conștiinței va eșua de fiecare dată când revenim cu întrebarea „cum e conștiința mea?”. Acest aparent eșec ar putea duce în final la stingerea imaginației și la cunoașterea directă a Conștiinței. Aceasta este adevărata stare mistică, uimitoare.

În același scop, marele maestru mistic Ramana Maharishi propunea o altă întrebare, „cine sunt eu?”, repetată până la obținerea intuitivă a răspunsului.

22 septembrie 2013

PĂCATUL NAIVITĂȚII

La prima vedere, naivitatea este un simplu defect uman. Aproape tangent cu virtutea. Nu spunea Isus „*Lăsați copilașii să vină la Mine, căci Împărăția Cerurilor e a celor ca ei!*” (Matei 19:14)?! De ce atunci cel mai neînsemnat defect uman, care e infantilismul, este pedepsit cu atâta duritate și suferință? Unde e dreptatea și înțelepciunea lui Dumnezeu?

Pentru a înțelege, trebuie să ne schimbăm punctul de vedere. Dintr-o perspectivă superioară, naivitatea este un păcat spiritual! Privind-o astfel, nu vom mai fi înclinați spre autoindulgență. Este un păcat pentru că ne separă de perfecțiune. Sigur, nu-i la fel de grav ca altele. Dar încă e un obstacol împotriva progresului și perfecțiunii spre care tinde spiritul... Pedepsa vine de la sine, dictată de legile societății. Nu e treaba lui Dumnezeu. Credulul este, prin definiție, ținta batjocurii celorlalți.

Dar de ce ar fi naivitatea chiar un sacrilegiu?

Naivul îi consideră pe toți oamenii la fel de buni și de încredere, în mod egal. Ceea ce este o supoziție falsă și fără discernământ. Care nu se răsfrânge numai asupra sa, ci și asupra mediului social în care viețuiește. Acordând încredere celor care nu sunt demni de ea, inocentul le dă o putere pe care nu o merită, încurajându-i să greșească în continuare. Naivul devine complice cu răul plin de tupeu.

Dimpotrivă, după ce-și primește pedeapsa, imaturul se trezește la realitate și începe să-i vadă pe acei oameni cu adevărat buni și onești, care erau acoperiți de larma și umbra falșilor prieteni. Abia devenind lucizi ne dăm seama cât de rari sunt oamenii de valoare. Este chiar un miracol că ei există în carne și oase.

Până acum, ne complăceam într-o dulce suficiență și lipsă de responsabilitate. Nu diferențiam binele de rău. Dobândind luciditatea necesară, prin suferință, vom avea dorința intensă de a-i respecta, ajuta, încuraja pe acești oameni virtuoși, rari precum diamantele. Lucrul ăsta

nu-l făceam înainte, fiind amețiți de farmecele ipocriților, pe care îi hrăneam material și spiritual. Abia acum am devenit aliați ai Binelui și ai lui Dumnezeu. Cu sacrificii și durere, dacă altfel nu s-a putut...

Prin urmare, antidotul naivității este luciditatea, dar și fermitatea atitudinii.

Pierzându-ne candoarea, nu trebuie să cădem în cealaltă extremă, a cinismului și răzbunării. Idealul este să avem o inimă caldă și o minte rece. Echilibru, e adevărat, greu de atins! Să avem puterea de a iubi pe oricine, dar și rezerva și prudența obligatorii. Vedem că, în această lume agresivă, oamenii foarte blânzi și amabili sunt tare batjocoriți. Doar prin fermitate putem ține dracii la distanță, ca să nu se obraznicească. Trebuie și putem să fim oricât de buni, dar să nu fim proști...! Asta e dreptatea și înțelepciunea lui Dumnezeu.

29 ianuarie 2014

Compatibilitatea în căsnicie

Vizează aspectul:

- Fizic și sexual (aspectul corpului fizic, atracție reciprocă, potrivire sexuală etc.);
- Profesional și material (înțelegerea și acceptarea ocupației celuilalt, pretenții legate de susținerea financiară și materială a familiei etc.);
- Personalitate (caracter, temperament, inteligență etc.);
- Cultural și educațional (valori, religie, obiceiuri etc.);
- Karmic și spiritual (relații și obligații din alte existențe, nivel de evoluție al celor două spirite încarnate, predestinarea pentru uniune permanentă ori misiune comună etc.).

Ideal ar fi să existe o compatibilitate perfectă la toate nivelurile, dar mai rar se întâmplă așa în practică. Consultanții premaritali ar trebui să abordeze toate aceste aspecte ale relației dintre logodnici.

7 martie 2014

Gândurile seamănă cu folosirea computerelor.

Poți folosi autonom un computer – atunci gândești singur, singurel. Dar poți lega computerul la internet – și atunci gama posibilităților mentale crește exponențial. Așa este cu gândurile. Din fericire, mintea destupată apelează automat baza de date universală atunci când are de rezolvat o problemă, de aceea și pot apărea, câteodată, soluții geniale.

De fapt, putem înțelege mai bine cum funcționează mintea abia după inventarea internetului. Informațiile vehiculate pe internet (ca și în univers, la o scară mult mai mare) sunt practic infinite (pentru puterea noastră de procesare și timpul disponibil).

* * *

Practica spirituală esențială: o minte CALMĂ, o inimă CALDĂ. Pregătește-ți mintea ca să te ajute la primirea în inimă a comuniunii cu Sfinții și Îngerii. Doar ei îți pot da harul fericirii și compasiunii divine. Mintea e doar un receptacol, nu un generator de fericire.

19 octombrie 2014

În aceeași serie de cărți – culegeri de texte publicate de către autorul Răzvan Alexandru Petre în website-ul www.spiritus.ro fac parte următoarele titluri:

- 1) Esoterismul în mileniul 3
- 2) Karma, valurile timpului
- 3) Spiritele în dialog cu noi (în colaborare cu Nina Petre)
- 4) Cristos, binele, adevărul
- 5) Spiritualitatea în psihologie
- 6) Filosofie spirituală